HoMEDiCS®

MiBody 360 Blood Pressure Monitor



Instruction Manual

360BP-EU

3 year guarantee

Fig.1

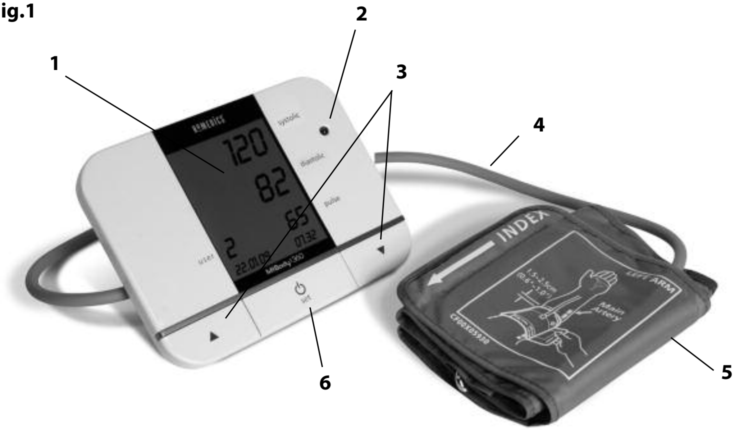


Fig.2

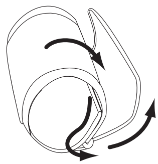


Fig.3

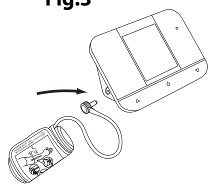


Fig.4

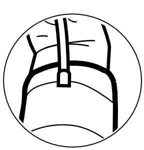


Fig.5

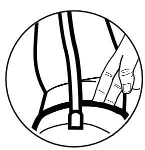
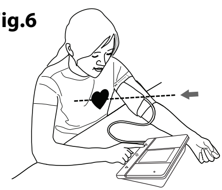


Fig.6



GB

Fig.7

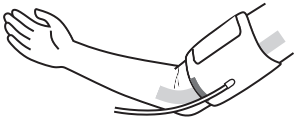


Fig.8

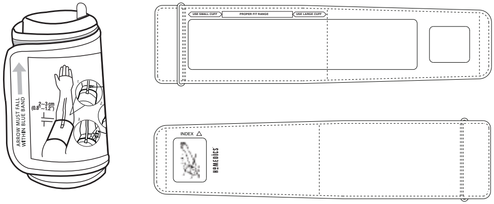
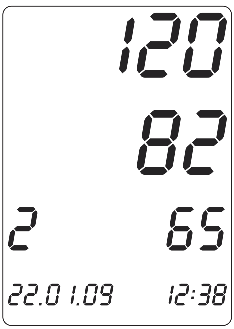


Fig.9



Quick Start Guide

TO DOWNLOAD FULL INSTRUCTION MANUAL AND INSTALL MIBODY 360 TRACKING SOFTWARE PLEASE VISIT:
www.mibody360.com

TO START USING YOUR HOMEDICS MIBODY360 BLOOD PRESSURE MONITOR STRAIGHT AWAY SIMPLY FOLLOW THE QUICK START INSTRUCTIONS BELOW:

Before use

Before the blood pressure monitor is taken into use a number of basic steps should be observed.
Please read this manual thoroughly before the blood pressure monitor is used for the first time and keep the manual for future use.
The blood pressure monitor is intended for home use only. Any measurement is solely for information and can under no circumstances replace a visit to the doctor. The blood pressure measurements should always be assessed by a qualified person (a doctor, nurse or similar) who is familiar with the user's general medical condition. By regular use and by keeping a record of the results, this person can be kept well informed about developments in the user's blood pressure. Measurements must never be interpreted by the user with the aim of changing levels in the use of medicine as prescribed by a doctor, but the doctor's instructions must be followed AT ALL TIMES.

Use of appropriate cuff size is crucial to correct measurement. Follow the instructions presented in this manual and printed on the cuff to ensure that the correct cuff size is used.

The blood pressure monitor is not suited for users who suffer from arrhythmia (heart rhythm disturbances) and errors may occur in the measurement results if the user has suffered a stroke, suffers from cardiovascular diseases, has a very low blood pressure, or suffers from other symptoms such as circulatory diseases (diabetes, kidney diseases, arterial sclerosis (deposits in the arteries), or poor peripheral blood circulation (e.g. in hands and feet).

Electromagnetic disturbances: The device contains sensitive electronic components. Keep it clear of strong electric or electromagnetic fields in the immediate surroundings (e.g. mobile telephones, microwave ovens) as these may temporarily reduce measurement accuracy.

Use the blood pressure monitor only for its original purpose.

The device is intended for measurement of blood pressure and pulse with adult persons. Do not apply the monitor to infants nor to persons who cannot express their permission. The device must not be operated by children.

The blood pressure monitor functions in accordance with the oscillometric measurement principle. These blood pressure changes are measured in the cuff on the basis of the arm pulse and are converted into a numerical value of the current blood pressure. Simultaneously, the number of pulse beats are registered and calculated as number of pulse beats per minute.

There are two kinds of discernable blood pressures. Both are expressed in mmHg (millimeters on the mercury column): The systolic and the diastolic. The systolic ('the high blood pressure') states the pressure when the heart chambers contract to send blood through your body, and the systolic ('the low blood pressure') states the pressure when the heart is at ease and filling with blood before the next muscle contraction. The connection between values (mmHg) is expressed as e.g. 130 over 85 which means that the systolic pressure is 130 and the diastolic pressure is 85.

Why is it important to keep an eye on your blood pressure?

Many of today's most common diseases are connected to hypertension , also referred to as 'high blood pressure'. Hypertension is closely connected to cardiovascular diseases, and for people in the danger zone the blood pressure provides an important tool to keep an eye on the development.

Standard for blood pressure

The WHO blood pressure standard defines the areas for high and low blood pressure. The standard is for guidance only as individual blood pressure levels vary from person to person, across age groups, etc.

LED light indicator	World Health Organisation Classification (WHO)	Systolic pressure (mmHg)	Diastolic pressure (mmHg)
GREEN	Optimal	<120	<80
	Normal	120-129	80-84
	High Normal	130-139	85-89
AMBER	Hypertension grade 1	140-159	90-99
RED	Hypertension grade 2	160-179	100-109
	Hypertension grade 3	≥180	≥110

How to use the blood pressure monitor

This MiBody 360 blood pressure monitor is equipped with smart technology. By pressing a single button the cuff is automatically inflated to block the blood pressure flow through the artery. Subsequently, the deflation process starts. The smart technology enables automatic inflation and deflation to be adjusted exactly to fit each individual. Please be aware that any motion during inflation or deflation will cause measurement errors. When the measurement is complete the display will show the systolic pressure, the diastolic pressure, and the heart rate.
MiBody 360 blood pressure monitor is approved to provide clinically correct results.
The device is approved by and in accordance with the demands of MDD (Medical Device Directive, European Norm EN-1060-3 &/or 1060-4) as well as the guidelines from The British Hypertension Society (BHS) accreditation.

Description of the parts (referring to Fig.1 page 2)

1. LCD display
2. LED indicator bulb
3. User select buttons x 2
4. Air tube and connector
5. Arm cuff
6. ON/OFF button + SET

Inserting and changing batteries

1. Press slightly on the handle of door while you lift and remove it. Insert or change the batteries in the battery compartment. Make sure that the batteries are placed correctly. The door is put back in its place.
2. The batteries must be changed when 'batt lo' appears on the display.

As the supplied batteries are for test only, they may be discharged earlier than batteries you buy in stores. Replace the batteries in pairs. Remove batteries when unit is not in use for extended periods of time.

How to use the blood pressure device

First time use and setting date/time:

1. First time use after inserting the batteries 'SET UP' will be displayed
2. Press 'set' display will show 'dAtE':
3. Day will flash, use the up or down arrows to chose date, press 'set' to confirm and move to month, follow the procedure for month and move to year select and press 'set'
4. Display will show 'hour': Hour will flash, use the up or down arrows to chose hour, press 'set' to confirm and move to minutes, follow the produce for hour and press 'set'
5. The blood pressure monitor is now set-up and ready to use, display will show '0' '0' '0' plus date, time & user number.
6. If you need to change date/time during normal use press and hold 'set' to enter 'SET UP' and repeat procedure from step 1.

Note: after 30 seconds the display will revert to default start screen '0' '0' '0'

Fitting the cuff

1. If the cuff is not assembled at first use, put the end of the cuff which is furthest away from the tube through the D-ring to form a noose. (Fig.2)
2. Apply the tube to the left side of the device. (Fig.3)
3. Remove tight-fitting clothing from your left upper arm and position the cuff at approximately 2-3 cm above the elbow so that the tube is centered at the middle of the arm. The tube must face downward towards the hand. (Fig.4)
4. Pull gently at the end of the cuff so that it tightens easily and smoothly around the arm. The cuff is secured by pulling the velcro fastener towards the cuff.
5. You should be able to fit two fingers between the cuff and your arm. The cuff should not be fitted any tighter than this. (Fig.5)
6. Relax your body and rest your arm on a table with your palm up so that the cuff is positioned at the same height as the heart. Make sure that the tube does not bend. (Fig.6)

If it is not possible to fit the cuff on the left arm, it can be placed on the right arm instead. However, it is important that all measurements are carried out on the same arm. If the measurement is to be taken on the right arm, the tubel on the cuff should be positioned above the main artery. Press the arm's arteries with two fingers at approximately 2 cm above the elbow on the inside of the arm to find out where the pulse is strongest.
This is the main artery. (Fig.7)
IMPORTANT!
The size of the cuff is instrumental in ensuring accurate measurement results. The cuff has an appropriate size if the INDEX arrow is placed within the two OK arrows as illustrated below.
If the arrow falls outside this area, another cuff (XL or XS) must be used. (Fig.8)

Important

- The blood pressure changes with every heartbeat and is consequently changing constantly 24 hours a day.
- The measurement of blood pressure can be influenced by the user's position, condition, or other factors. To obtain the highest degree of accuracy it is recommended that the measurement is taken 1 hour after workout, bathing, finishing a meal, consuming alcoholic or caffeine beverages, or after smoking.
- Before measurement it is recommended that you sit still and relax for 15 minutes. The user should not be physically tired or exhausted when the measurement is taken.
- The user must not talk or move arm or hand during measurement.

How to measure the blood pressure

1. Press ‘set’ to turn the unit on
2. Select user (1-6 or 0 for guest) using up/down arrows
3. Ensure cuff is correctly positioned on arm, ensuring you are sitting comfortably with the cuff at the same level as your heart.
4. Press ‘set’ to start blood pressure measurement - the cuff will inflate and start measurement
5. When the measurement is complete the cuff will automatically deflate and the display will show ‘diastolic’ and ‘systolic’ pressure readings as well as ‘pulse’, the LED indicator bulb will light to give a health status indication based on the WHO standard (see WHO table on page 5). The measurement will be simultaneously stored in the device memory
(only users 1-6). (Fig.9)
6. The device will auto off after 30 seconds or when pressing ‘set’
7. Another measurement can be taken straight away if necessary simply return to step 1 and repeat all steps.

Error messages:

Erro	An Error has been detected during measurement. Press ‘set’ to stop and start measurement again. If the problem persists please contact HoMedics customer service as indicated in the guarantee leaflet

Worth knowing about blood pressure measurement

- Blood pressure measurements should be performed in quiet and comfortable surroundings as measurements can be affected by high or low temperatures. The blood pressure should be measured at normal body temperatures.
- Do not move or speak during measurement. Keep your feet flat on the floor.
- Do not touch the cuff or the blood pressure device during measurement.
- To obtain the best possible measurement, the blood pressure should be measured at approximately the same time every day, and on the same arm.
- If you are to perform several successive measurements, please wait 5 minutes between each measurement.
- The measurements are for guidance only. If you have doubts about your blood pressure, consult your doctor.
- The product is not suited for persons suffering from arrhythmia (heart rhythm disturbances).
- Measurement errors may occur if the user suffers from diabetes, poor blood circulation, kidney problems, or has suffered a stroke.

Memory

This blood pressure device can be used by 6 users. Each user can store up to 30 measurements before download.
When user memory is full the display will show FULL and user number 1, 2, 3 ... . The Amber LED will light.
Please follow the full manual instructions to download to MiBody 360 software.

Error search

If irregularities occur during use, please check the following items before you contact your vendor:

Symptom	Possible reasons	Correction
The device does not switch on when the stop/start button is activated.	A change of batteries is required.	Change to four new batteries.
Erro measurement error symbol in the display, or the blood pressure measurement is excessively low (or high).	The cuff is fitted incorrectly.	Fit the cuff again so that it is positioned correctly.
	Did you talk or move during measurement?	Restart measurement and keep the arm steady during the entire measurement.
	Shaking of the arm while wearing the cuff.	
	Airflow is irregular. The tube is not properly applied to the device.	Check the cuff’s connection. Restart measurement.

If the device still does not function, please contact the store where the device was purchased or contact HoMedics customer service details located on guarantee leaflet.
Do not attempt to open the device or adjust any of the inner parts yourself.

Specifications

Power source	4 AA batteries
Measurement standard	Oscillometric
Measurement zone	Pressure: 30-280 mmHg Pulse: 40-200 beats per minute
Accuracy	Pressure: ±3 mmHg Pulse: Reading inside ±5%
Pressure sensor	Semi conductor
Inflation	Automatic - pump-driven
Deflation	Automatic - overpressure valve
Memory capacity	30 measurements per user (180 total)
Auto off	30 seconds after latest use
Conditions during use	10˚C - 40˚C 85% RH max
Storage conditions	-20˚C - 60˚C 85% RH max
Cuff circumference	22-32 cm
Age limitation	18 years
Classification	BF type. Device and cuff are designed to provide special protection against electric shock.

Specifications can be changed without notice.

Cleaning and maintenance

1. The blood pressure monitor, the cuff, and the storage box can be rinsed with a soft cloth moistened with a mild detergent and wiped dry with a soft, dry cloth or paper towel. Never use strong, caustic detergents as these may cause damage to the synthetic parts. Also, never use diluents, alcohol or kerosene to clean the device.

Safety and electrical devices

1. When the device is not used, store it in the storage box.
2. Only use the device on wrist or upper arm, not on other body parts.
3. When the device is not used for extended periods of time, it is recommended that you remove the batteries to avoid leakage which may cause damage to the device.
4. If the device has been stored at very low temperatures near the freezing point, please allow it to obtain room temperature before using it again.
5. Neither device nor cuff must be dissembled as this may cause serious damage to the device. If repair is necessary, the device must be returned to the store where it was purchased.
   Do not attempt to open the device or adjust the inner parts yourself.

6. Do not submerge the device in water or other liquids as this will cause damage to the device.
7. Do not expose the device nor the cuff to extreme temperatures, moisture or direct sunlight. Protect the device against dust.
8. The cuff and the tube should not be folded up tightly. The device must not be activated if it is not appropriately fitted to wrist or upper arm.
9. Avoid dropping the device and do not subject it to heavy pressure.
10. The device must not be exposed to extreme shocks such as being dropped on the floor.
11. The device is intended for use in private households only and is only suited for use with adults (over 18 years of age).
12. If the highly unlikely incident should occur that the cuff continues to inflate and does not stop, immediately remove the cuff from wrist or upper arm.
13. The device must be stored at temperatures indicated on specification to ensure accurate measurements.

Protecting the environment and disposing of batteries

Respect the environment when you change batteries. Spent batteries are not ordinary household waste. They should be disposed of at authorized collection points. Make sure that the batteries are not too old or worn out as there is a risk that they might leak acid. Check the expiry date on the batteries. Remember to remove the batteries before disposing of the product.

This marking indicates that this product should not be disposed with other household wastes throughout the EU. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources. To return your used device, please use the return and collection systems or contact the retailer where the product was purchased. They can take this product for environmental safe recycling. (WEEE explanation)

Guide de démarrage rapide

POUR TÉLÉCHARGER LE MODE D'EMPLOI ET INSTALLER LE LOGICIEL DE SUIVI MIBODY 360, VEUILLEZ VISITER :
www.mibody360.com
POUR UTILISER DE SUITE VOTRE PÈSE-PERSONNE HOMEDICS MIBODY360 À CONTRÔLE DE PRESSION ARTÉRIELLE, IL SUFFIT DE SUIVRE LES INSTRUCTIONS DE DÉMARRAGE RAPIDE CI-DESSOUS :

Avant toute utilisation

Avant d'utiliser le moniteur de pression artérielle, il convient de suivre quelques étapes simples. Lire attentivement le manuel avant d'utiliser le moniteur pour la première fois et le conserver pour toute consultation ultérieure.
Ce moniteur est conçu pour un usage à domicile uniquement. La mesure de la pression artérielle ne saurait en aucun cas remplacer une visite médicale et ne doit servir qu'à titre indicatif. Seule une personne qualifiée (un médecin, une infirmière ou toute autre personne formée) connaissant l'état de santé général de l'utilisateur pourra interpréter les résultats. En prenant régulièrement des mesures et en les notant dans un journal, cette personne restera informée de l'évolution de la pression artérielle de l'utilisateur. L'utilisateur ne devra jamais se baser sur les résultats pour modifier la dose de médicament prescrite par le médecin et les consignes du médecin devront être respectées EN PERMANENCE.
La taille du brassard est essentielle à l'exactitude des résultats. Lire la procédure figurant dans ce manuel et sur le brassard pour être sûr d'avoir la bonne taille.
Le moniteur de pression artérielle n'est pas indiqué pour les personnes souffrant d'arythmie (trouble de la fréquence cardiaque) et les résultats peuvent être erronés si la personne a souffert d'un accident vasculaire cérébral, d'une maladie cardiovasculaire, d'hypotension marquée ou de toute autre affection telle qu'une maladie du système circulatoire (diabète, maladie rénale, artériosclérose [présence de dépôts dans les artères] ou troubles de la circulation périphérique [au niveau des mains et des pieds]).
Interférences électromagnétiques : l'appareil contient des éléments électroniques sensibles. Il convient de le garder à l'écart des champs électriques ou électromagnétiques puissants pouvant se trouver à proximité (par ex. : téléphones portables, fours à micro-ondes), car ceux-ci pourraient compromettre temporairement l'exactitude des résultats.
Utiliser le moniteur de pression artérielle uniquement conformément à son mode d'emploi.
Celui-ci est indiqué pour la mesure de la pression artérielle et du pouls chez les personnes adultes. Ne pas l'utiliser chez les nourrissons ou chez les personnes ne pouvant donner leur accord. Ne pas l'utiliser chez les enfants.
Le moniteur fonctionne selon le principe de mesure oscillométrique.
Les variations de pression artérielle sont mesurées au niveau du brassard à partir du pouls et sont converties en une valeur numérique pour donner la pression artérielle actuelle. En même temps, le nombre de pulsations est enregistré et calculé pour donner le nombre de pulsations par minute.
On distingue deux mesures de pression artérielle. Les deux sont exprimées en mmHg (millimètres de mercure) : la pression systolique et la pression diastolique. La pression systolique (valeur haute) indique la pression lorsque les cavités du cœur se contractent pour envoyer le sang dans l'organisme et la pression diastolique (valeur basse) indique la pression lorsque le cœur est au repos et se remplit de sang avant la contraction musculaire suivante. Le rapport entre les valeurs (mmHg) se dira par exemple « 130 sur 85 », ce qui veut dire en l'occurrence que la pression systolique est de 130 et la pression diastolique de 85.

Pourquoi est-il si important de surveiller la pression artérielle ?

Un grand nombre de maladies couramment rencontrées de nos jours sont liées à l'hypertension – une élévation de la pression artérielle. L'hypertension est étroitement associée aux affections cardiovasculaires et, chez les personnes à risque, la pression artérielle est un indicateur important permettant de surveiller l'évolution de la maladie.

Norme en matière de pression artérielle

La norme établie par l'OMS en matière de pression artérielle définit les zones de pression artérielle basse et élevée. Cette norme est donnée à titre indicatif uniquement car la pression artérielle varie d'un individu à l'autre, d'une tranche d'âges à l'autre, etc.

Témoin lumineux LED	Classification de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS)	Pression systolique (mmHg)	Pression diastolique (mmHg)
VERT	Optimale	<120	<80
	Normale	120-129	80-84
	Normale élevée	130-139	85-89
ORANGE	Hypertension niveau 1	140-159	90-99
ROUGE	Hypertension niveau 2	160-179	100-109
	Hypertension niveau 3	≥180	≥110

Comment utiliser le moniteur

Ce moniteur de pression artérielle fait appel à une technologie intelligente. Le brassard se gonfle automatiquement sur simple pression d'un bouton pour bloquer la circulation sanguine dans l'artère. Ensuite, le brassard se dégonfle. La technologie intelligente permet de régler le niveau de gonflage et de dégonflage automatiques en fonction de chaque individu. Mise en garde : tout mouvement pendant le gonflage et le dégonflage du brassard entraînera des erreurs de mesure.

Une fois la mesure effectuée, l'écran indiquera la pression systolique, la pression diastolique et la fréquence cardiaque.

Le moniteur de pression artérielle MiBody 360 est homologué pour fournir des résultats cliniquement corrects.

Le moniteur est conforme aux dispositions de la directive européenne sur les dispositifs médicaux (norme européenne EN-1060-3 et/ou 1060-4) ainsi qu'aux directives établies par la British Hypertension Society (BHS).

Description des pièces (référence à la Fig. 1 page 2)

1. Ecran LCD
2. Voyant LED
3. 2 touches de sélection utilisateur
4. Tube d'arrivée d'air et connecteur
5. Brassard
6. Bouton MARCHE/ARRÊT + RÉGLAGE

Insertion et remplacement des piles

1. Appuyer légèrement sur la poignée du couvercle en soulevant celui-ci et en le retirant. Insérer les piles dans le compartiment ou les remplacer. S'assurer que les piles sont correctement placées. Replacer le couvercle.
2. Les piles doivent être changées quand le message ‘batt lo’ s’affiche sur l’écran.

Etant donné que les piles fournies le sont uniquement à titre d'essai, elles peuvent se décharger avant leur remplacement par des piles neuves. Remplacer les piles deux par deux. Retirer les piles entre deux utilisations ou lorsque le moniteur n'est pas utilisé pendant une période prolongée.

Comment utiliser le moniteur

Première utilisation et réglage date/heure :

1. Après avoir inséré les piles, lors de la première utilisation le message ‘SET UP’ s’affiche
2. Appuyer sur ‘set’ pour afficher ‘dAtE’ :
3. Le jour clignote. Utiliser les flèches vers le haut/bas pour choisir la date. Appuyer sur ‘set’ pour confirmer et passer au mois. Suivre la même procédure pour le mois, puis pour sélectionner l’année et enfin appuyer sur ‘set’
4. L’écran affiche ‘heure’ : L’heure clignote. Utiliser les flèches vers le haut/bas pour choisir l’heure. Appuyer sur ‘set’ pour confirmer et passer aux minutes. Suivre la même procédure pour l’heure et appuyer sur ‘set’.
5. Le moniteur de pression artérielle est maintenant réglé et prêt à fonctionner. L’écran affiche ‘0’ ‘0’ ‘0’ plus la date, l’heure et le numéro utilisateur.
6. Si vous devez modifier la date/l’heure pendant une utilisation normale, maintenir la touche ‘set’ enfoncée pour entrer ‘SET UP’ et répéter la procédure depuis l’étape 1.

Remarque : après 30 secondes, l’écran revient à l’affichage par défaut ‘0’ ‘0’ ‘0’

Placement du brassard

1. Si le brassard n'est pas assemblé à la première utilisation, enfiler l'extrémité du brassard la plus éloignée du tube dans l'anneau en D pour former un nœud. (Fig.2)
2. Appliquer le tube sur le côté gauche de l'unité. (Fig.3)
3. Dégager le bras gauche de tout vêtement serré et placer le brassard à deux ou trois centimètres du coude de sorte que le tube se trouve au milieu du bras. Le tube doit être orienté vers la main. (Fig.4)
4. Tirer délicatement sur l'extrémité du brassard de sorte à le serrer aisément sur le bras. Le fixer à l'aide de la fermeture en velours-crochet.
5. Faire en sorte de pouvoir glisser deux doigts entre le brassard et le bras une fois le brassard fixé. Ne pas serrer le brassard davantage. (Fig.5)
6. Se détendre et poser le bras sur une table, paume de la main vers le haut, pour que le brassard soit à la hauteur du cœur. Veiller à ne pas tordre le tube. (Fig.6)

S'il est impossible de placer le brassard sur le bras gauche, le placer sur le bras droit. Toutefois, il est important de toujours effectuer les mesures sur le même bras. Si la mesure doit être prise sur le bras droit, le tube qui sort du brassard doit se trouver au-dessus de l'artère principale. Presser les artères du bras avec deux doigts environ deux centimètres au-dessus du coude à l'intérieur du bras pour localiser l'endroit où le pouls est le plus fort.
Il s'agit de l'artère principale. (Fig.7)
IMPORTANT!
La taille du brassard est essentielle et doit être bien choisie pour garantir l'exactitude des résultats. Le brassard est de la bonne taille si la flèche INDEX se situe entre les deux flèches OK comme illustré ci-dessous. !
Si la flèche est en dehors de cette zone, utiliser un autre brassard (taille XL ou XS). (Fig.8)

Important

- La pression artérielle change à chaque battement cardiaque et varie ainsi constamment au cours d'une journée.
- Le résultat peut varier selon la position de l'utilisateur, son état ou d'autres facteurs. Pour obtenir un degré de précision maximum, il est recommandé de mesurer la pression artérielle une heure après avoir fait du sport, pris un bain, mangé, consommé une boisson alcoolisée ou caféinée ou fumé.
- Avant la mesure, il est recommandé de s'asseoir un quart d'heure pour se détendre. L'utilisateur ne doit pas être physiquement fatigué au moment de la mesure.
- Il ne doit pas parler ou bouger le bras pendant la mesure.

Comment mesurer la pression artérielle

1. Appuyer sur ‘set’ pour allumer l’appareil
2. Sélectionner l’utilisateur (1-6 ou 0 pour Invité) à l’aide des flèches vers le haut/bas
3. S’assurer que le brassard est correctement positionné sur le bras, en vérifiant que vous êtes confortablement assis, le brassard situé au même niveau que le cœur.
4. Appuyer sur ‘set’ pour mesurer la pression artérielle – le brassard gonfle et la prise de mesure commence
5. Quand la prise de mesure est terminée, le brassard se dégonfle automatiquement et l’écran affiche les résultats de pression ‘diastolique’ et ‘systolique’ ainsi que le ‘pouls’. Le voyant LED s’allume pour indiquer l’état de santé, selon les normes définies par l’OMS (voir tableau OMS, page 3). Les résultats sont simultanément mémorisés sur l’appareil (utilisateurs 1-6 uniquement). (Fig.9)
6. L’appareil s’éteint automatiquement après 30 secondes ou en appuyant sur ‘set’
7. Il est possible de procéder de suite à une seconde prise de mesure. Il suffit de répéter toute la procédure, depuis l’étape 1.

Messages d'erreur:

Erro	Une erreur a été détectée durant la prise de mesure. Appuyer sur ‘set’ pour arrêter et recommencer la procédure. Si le problème persiste, veuillez contacter le service clientèle HoMedics en suivant les indications dans le livret de garantie.

A savoir sur la mesure de la pression artérielle

- Les mesures de la pression artérielle doivent être effectuées dans un endroit calme et confortable, car elles peuvent être affectées par une température basse ou élevée. Il convient de la mesurer lorsque la température du corps est normale.
- Ne pas bouger ni parler pendant la mesure. Garder les pieds bien à plat sur le sol.
- Ne pas toucher le brassard ou le moniteur pendant la mesure.
- Pour obtenir le résultat le plus précis possible, mesurer la pression artérielle environ à la même heure tous les jours et toujours sur le même bras.
- Dans le cas de mesures successives, patienter cinq minutes entre deux mesures.
- Les résultats ne doivent servir qu'à titre indicatif. En cas de doute sur la pression artérielle, consulter un médecin.
- Ce produit n'est pas indiqué pour les personnes souffrant d'arythmie (trouble de la fréquence cardiaque).
- Des erreurs de mesure peuvent se produire si l'utilisateur souffre de diabète, de troubles de la circulation sanguine, de troubles rénaux ou s'il a subi un accident vasculaire cérébral.

Mémoire

Ce moniteur de pression artérielle peut servir à 6 utilisateurs. Chaque utilisateur peut stocker jusqu'à 30 mesures avant de télécharger.
Quand la mémoire utilisateur est pleine, l'écran affiche FULL et le numéro utilisateur : 1, 2, 3… .
La LED orange s'allume.
Veuillez suivre le mode d'emploi pour télécharger sur le logiciel MiBody 360.

Recherche d'erreur

En cas de fonctionnement irrégulier, vérifier les éléments suivants avant de contacter le service après-vente:

Problème	Raisons possibles	Solution
Le moniteur ne s'allume pas à la pression du bouton STOP/START (marche-arrêt).	Changer les piles.	Insérer quatre piles neuves.
Le symbole d'erreur de mesure Erro s'affiche à l'écran ou la pression artérielle est bien trop basse (ou bien trop haute).	Le brassard n'est pas correctement fixé.	Repositionner le brassard.
	L'utilisateur a parlé ou bougé pendant la mesure.	Effectuer de nouveau la mesure en gardant le bras immobile pendant toute la durée de la mesure.
	Le bras a tremblé pendant la mesure.	
	L'arrivée d'air est irrégulière. Le tube n'est pas correctement branché sur le moniteur.	Vérifier le point de connexion au niveau du brassard. Effectuer à nouveau la mesure.

Si l'appareil ne fonctionne toujours pas, veuillez contacter le magasin où celui-ci a été acheté ou le service clientèle HoMedics dont les coordonnées sont indiquées sur le livret de garantie.
Ne pas tenter de l'ouvrir et de replacer des éléments internes soi-même.

Caractéristiques techniques

Source d'alimentation	4 piles AA
Mode de mesure	Oscillométrique
Plage de mesures	Pression : 30-280 mmHg Pouls : 40-200 battements par minute
Degré de précision	Pression : ±3 mmHg Pouls : Marge de ±5 %
Capteur de pression	Semi-conducteur
Gonflage	Pompe automatique
Dégonflage	Soupape de surpression automatique
Capacité de mémoire	30 mesures par utilisateur (180 au total)
Arrêt automatique	30 secondes après la dernière utilisation
Conditions de fonctionnement	10˚C - 40˚C 85% d'humidité relative max.
Conditions de stockage	-20˚C - 60˚C 85% d'humidité relative max.
Circonférence du brassard	24-36 cm
Limite d'âge	18 ans
Classification	Type BF. L'unité et le brassard sont conçus pour fournir une protection spéciale contre les chocs électriques.

Les caractéristiques techniques peuvent être modifiées sans préavis.

Nettoyage et maintenance

1. L'unité, le brassard et la boîte de rangement peuvent être rincés à l'aide d'un linge doux légèrement imbibé d'un produit de nettoyage, puis séché à l'aide d'un linge doux et sec ou d'un essuie-tout. Ne jamais utiliser de produit de nettoyage puissant ou caustique sous peine d'endommager les parties synthétiques. Ne jamais utiliser non plus de diluant, d'alcool ou de kérosène pour nettoyer l'unité.

Sécurité et dispositifs électriques

1. Entre deux utilisations, conserver le moniteur dans la boîte de rangement.
2. Ne l'utiliser que sur le poignet ou le bras, pas sur d'autres parties du corps.
3. En cas d'inutilisation prolongée, il est recommandé de retirer les piles pour éviter toute fuite et éviter d'endommager l'unité.
4. Si le moniteur a été conservé à une température très basse proche de zéro, le laisser revenir à température ambiante avant de l'utiliser.
5. Ne démonter ni l'unité ni le brassard sous peine de les endommager sérieusement.

Si une intervention s'avère nécessaire, renvoyer le moniteur au service après-vente du point d'achat. Ne pas tenter de l'ouvrir et de replacer des éléments internes soi-même.

6. Ne pas immerger le moniteur dans de l'eau ou tout autre liquide sous peine de l'endommager.
7. Ne pas exposer l'unité ou le brassard à des températures extrêmes, à l'humidité ou aux rayons du soleil. Tenir le moniteur à l'écart de la poussière.
8. Ne pas plier le brassard et le tube en les serrant. Ne pas activer l'unité si le brassard n'est pas correctement positionné sur le poignet ou le bras.
9. Eviter de faire tomber l'unité et de l'exposer à une pression élevée.
10. Ne pas exposer le moniteur à des chocs violents comme lors d'une chute sur le sol.
11. Le moniteur est réservé à un usage à domicile et est uniquement indiqué chez les personnes adultes (âgées de plus de 18 ans).
12. Dans le cas où le brassard continuerait de gonfler sans s'arrêter – ce qui est très rare –, le retirer immédiatement du poignet ou du bras.
13. Afin de garantir la précision de mesure, l’appareil doit être conservé en respectant les plages de température spécifiées.

Protection de l'environnement et mise au rebut des piles

Respecter l'environnement lors du remplacement des piles. Les piles usagées ne sont pas des déchets ménagers ordinaires. Elles doivent être mises au rebut dans des points de collecte de déchets agrémentés. S'assurer que les piles ne sont pas vieilles ou usagées, car elles pourraient déverser de l'acide. Vérifier leur date de péremption. Veiller à les retirer avant de mettre le moniteur au rebut.

Le symbole indique que le produit ne doit pas être éliminé avec les autres déchets ménagers dans toute l'Union Européenne. L’élimination incontrôlée des déchets pouvant porter préjudice à l'environnement ou à la santé humaine, veuillez le recycler de façon responsable. Vous favoriserez ainsi la réutilisation durable des ressources matérielles. Pour renvoyer votre appareil usagé, prière d'utiliser le système de renvoi et collection ou contacter le revendeur où le produit a été acheté. Ils peuvent se débarrasser de ce produit afin qu'il soir recyclé tout en respectant l'environnement. (Explication WEEE)

Schnellstart-Anleitung

BESUCHEN SIE ZUM HERUNTERLADEN DER KOMPLETTEN GEBRAUCHSANLEITUNG UND ZUR INSTALLIERUNG DER MIBODY 360 TRACKING-SOFTWARE BITTE:
www.mibody360.com

BEFOLGEN SIE EINFACH DIE SCHNELLSTART-ANLEITUNG UNTEN, UM IHREN HOMEDICS MIBODY360 BLUTDRUCKMESSER SOFORT VERWENDEN ZU KÖNNEN:

Vor der Verwendung

Vor Verwendung des Blutdruckmessers sollten ein paar wesentliche Punkte beachtet werden. Lesen Sie diese Bedienungsanleitung bitte vor erster Verwendung des Blutdruckmessers sorgfältig durch und bewahren Sie diese für einen späteren Bezug sicher auf.
Der Blutdruckmesser ist nur für den Privatgebrauch vorgesehen. Sämtliche Messergebnisse dienen nur zur Information und ersetzen unter keinen Umständen einen Arztbesuch. Die Blutdruckmesswerte sollten immer von einer entsprechend qualifizierten Person (Arzt, Krankenschwester oder Ähnliches) überprüft werden, die mit dem allgemeinen Gesundheitszustand des Benutzers vertraut ist. Durch regelmäßige Verwendung und Aufzeichnung der Messergebnisse kann diese Person bezüglich von Veränderungen des Blutdrucks des jeweiligen Benutzers ausreichend auf dem Laufenden gehalten werden.
Messergebnisse dürfen vom Benutzer niemals dazu verwendet werden, die Dosis eines von einem Arzt verschriebenen Medikaments zu ändern. Es sind STETS die Anweisungen Ihres Arztes zu befolgen.
Zum Erhalt korrekter Messergebnisse muss unbedingt auf die Verwendung einer angemessenen Manschettengröße geachtet werden. Damit die Verwendung einer Manschette mit der korrekten Größe sichergestellt werden kann, sind die in dieser Bedienungsanleitung enthaltenen sowie auf der Manschette aufgedruckten Anweisungen zu beachten.
Der Blutdruckmesser eignet sich nicht für Personen, die an Arrhythmie (Herzrhythmusstörungen) leiden. Darüber hinaus kann es bei Benutzern, die einen Schlaganfall erlitten haben, Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankung, sehr niedrigem Blutdruck oder Personen mit anderen Beschwerden, die sich auf Durchblutung oder Kreislauf auswirken können (Diabetes, Nierenerkrankungen, Arteriosklerose (Arterienverkalkung)), oder mit Durchblutungsstörungen (beispielsweise an Händen und Füßen) zu falschen Messergebnissen kommen.
Elektromagnetische Störungen: Das Gerät enthält empfindliche elektronische Bauteile. Das Gerät nicht in die Nähe von starken elektrischen oder elektromagnetischen Feldern bringen (wie beispielsweise Mobiltelefone und Mikrowellengeräte), da diese vorübergehend die Messgenauigkeit beeinträchtigen können.
Den Blutdruckmesser nur für seinen ursprünglich vorgesehenen Zweck verwenden.
Dieses Gerät ist zur Blutdruck- und Pulsmessung von Erwachsenen vorgesehen. Den Blutdruckmesser nicht an Kindern oder Personen, die nicht in der Lage sind, ihre Einwilligung hierfür zu geben, verwenden. Das Gerät darf nicht von Kindern bedient werden.
Die Funktionsweise des Blutdruckmessers basiert auf dem oszillometrischen Messprinzip. Dabei werden Blutdruckänderungen über die Manschette basierend auf dem Armpuls erfasst und in einen Zahlenwert, der den augenblicklichen Blutdruck angibt, umgewandelt. Gleichzeitig wird der Puls gemessen und als Anzahl der Pulsschläge pro Minute angegeben.
Es wird zwischen zwei Blutdrücken unterschieden. Beide Drücke werden in mmHg (Millimeter auf der Quecksilbersäule) angegeben: systolischer und diastolischer Wert. Der systolische Wert (hohe Wert) gibt den Druck an, wenn sich die Herzkammern zusammenziehen, um Blut durch den Körper zu pumpen, und der diastolische Wert (niedrige Wert) gibt den Druck an, während das Herz vor der nächsten Muskelkontraktion entspannt ist und sich mit Blut füllt. Die Verbindung zwischen diesen beiden (in mmHg angegebenen) Werten wird beispielsweise als 130 über 85 angegeben. In dem Fall beträgt der systolische Druck 130 mmHg und der diastolische Druck 85 mmHg.

Weshalb ist es wichtig, Ihren Blutdruck im Auge zu behalten?

Viele der heutzutage am häufigsten auftretenden Krankheiten lassen sich mit Hypertonie, also einem Bluthochdruck, in Verbindung bringen. Hypertonie ist eng mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen verbunden, und bei Menschen, die sich in der Gefahrenzone befinden, wird durch regelmäßige Blutdruckmessung ein wichtiges Hilfsmittel geboten, um sämtliche Entwicklungen im Auge behalten zu können.

Norm für Blutdruckmessung

Die WHO-Norm für Blutdruckmessung legt die Bereiche fest, in denen man von einem hohen bzw. niedrigen Blutdruck spricht. Diese Norm gilt nur als Richtlinie, da je nach Person, Altersgruppe usw. unterschiedliche Blutdruckhöhen in den Normalbereich fallen können.

LED-Anzeige	Einstufung der Weltgesundheitsorganisation (WHO)	Systolischer Druck (mmHg)	Diastolischer Druck (mmHg)
GRÜN	Optimal	<120	<80
	Normal	120-129	80-84
	Hoch - Normal	130-139	85-89
GELB	Hypertonie, Stufe 1	140-159	90-99
ROT	Hypertonie, Stufe 2	160-179	100-109
	Hypertonie, Stufe 3	≥180	≥110

Verwendung des Blutdruckmessers

Dieser MiBody 360 Blutdruckmesser ist mit intelligenter Technologie ausgestattet. Durch Drücken eines einzelnen Knopfs wird die Manschette automatisch aufgepumpt und blockiert somit den Blutdruckfluss durch die Arterie.
Danach wird die Luft wieder abgelassen. Dank der intelligenten Technologie wird der automatische Aufpump- und Luftablassvorgang genau an die jeweilige Person angepasst. Bitte beachten Sie, dass sämtliche Bewegungen während des Aufpump- oder Luftablassvorgangs zu Messfehlern führen werden. Nach Abschluss der Messung werden systolischer Druck, diastolischer Druck und Herzfrequenz im Display angezeigt.
Der MiBody 360 Blutdruckmesser stellt klinisch korrekte Ergebnisse bereit (über eine entsprechende Zulassung bestätigt).
Dieses Gerät erfüllt MDD-Anforderungen (Richtlinie für medizinische Geräte, europäische Norm EN-1060-3 und/oder 1060-4) und entspricht außerdem den von der British Hypertension Society (BHS, Britische Gesellschaft für Bluthochdruck) festgelegten Richtlinien.

Beschreibung der einzelnen Komponenten (siehe Abb. 1, Seite 2)

1. LCD-Anzeige
2. LED-Anzeige
3. Benutzerauswahltasten x 2
4. Luftschlauch und Anschlussstück
5. Armmanschette
6. EIN/AUS-Knopf + SET

Batterien einlegen und auswechseln

1. Den Griff an der Klappe leicht drücken, während diese angehoben und entfernt wird. Batterien in das Batteriefach einlegen bzw. die existierenden Batterien auswechseln. Dabei sicherstellen, dass die Batterien korrekt eingelegt wurden. Die Klappe wieder anbringen.
2. Wenn im Display 'batt lo' eingeblendet wird, müssen die Batterien ausgetauscht werden.

Da die mitgelieferten Batterien lediglich Testzwecken dienen, können sich diese schneller als Batterien, die Sie in einem Geschäft kaufen, entladen. Die Batterien paarweise ersetzen. Sollte das Gerät für längere Zeit nicht verwendet werden, die Batterien herausnehmen.

Verwendung des Blutdruckmessgeräts

Erstmalige Verwendung und Einstellung von Datum/Uhrzeit:

1. Nach dem Einlegen der Batterien wird bei erstmaliger Verwendung 'SET UP' eingeblendet.
2. Die Taste 'set' drücken. Nun wird 'dAtE' angezeigt:
3. Auf dem Display blinkt die Tagesangabe. Mit der Nach-oben- oder Nach-unten-Taste den Tag auswählen und zur Bestätigung 'set' drücken. Anschließend mit der Monatseinstellung fortfahren und hierzu dasselbe Verfahren beachten. Danach das entsprechende Jahr auswählen und dies durch Drücken der Taste 'set' bestätigen.
4. Nun wird 'hour' angezeigt: Auf dem Display blinkt die Stundenangabe. Mit der Nach-oben- oder Nach-unten-Taste die korrekte Stunden-Anzeige auswählen und zur Bestätigung die Taste 'set' drücken. Anschließend mit der Minuteneinstellung fortfahren und hierzu dasselbe Verfahren wie für die Stunden-Anzeige beachten. Danach die Taste 'set' drücken.
5. Ihr Blutdruckmesser ist nun eingestellt und einsatzbereit. Im Display werden '0' '0' '0' sowie Datum, Uhrzeit & Benutzernummer angezeigt.
6. Wenn Datum/Uhrzeit während der normalen Verwendung geändert werden sollen, die Taste 'set' gedrückt halten, bis 'SET UP' eingeblendet wird. Danach das obige Verfahren ab Schritt 1 wiederholen.

Hinweis: Nach 30 Sekunden schaltet das Display wieder auf den normalen Start-Bildschirm '0' '0' '0' um.

Anbringen der Manschette

1. Wenn die Manschette noch nicht korrekt befestigt wurde, das Manschettenende, das sich vom Schlauch am entferntesten befindet, durch den D-Ring führen und so eine Schlaufe bilden. (Fig.2)
2. Den Schlauch auf der linken Seite des Geräts anbringen. (Fig.3)
3. Am linken Oberarm eng anliegende Kleidung ablegen, die Manschette ca. 2-3 cm über dem Ellbogen positionieren und sicherstellen, dass sich der Schlauch in Armmitte befindet. Der Schlauch muss nach unten zur Hand hin zeigen. (Fig.4)
4. Am Manschettenende vorsichtig ziehen, um so die Manschette einfach und gleichmäßig am Arm festzuziehen. Die Manschette wird durch Ziehen des Klettverschlusses in Richtung Manschette gesichert.
5. Es sollten zwei Finger zwischen Manschette und Arm passen. Die Manschette sollte nicht enger anliegen. (Fig.5)
6. Den Körper entspannen und den Arm mit der Handfläche nach oben auf einen Tisch auflegen und dabei darauf achten, dass sich die Manschette auf Herzhöhe befindet. Sicherstellen, dass der Schlauch nicht knickt. (Fig.6)

Sollte es nicht möglich sein, die Manschette am linken Arm anzubringen, kann sie stattdessen auch am rechten Arm angebracht werden. Es muss jedoch darauf geachtet werden, dass alle Messungen am selben Arm erfolgen. Wenn die Messung am rechten Arm durchgeführt wird, muss der an der Manschette befindliche Schlauch über der Hauptschlagader positioniert werden. Die Arterien im Arm ca. 2 cm über dem Ellbogen auf der Arminnenseite mit 2 Fingern drücken, um so herauszufinden, wo der Puls am stärksten ist.
An dieser Stelle befindet sich die Hauptschlagader. (Fig.7)
WICHTIG!
Eine angemessene Manschettengröße ist zum Erhalt korrekter Messergebnisse kritisch. Eine Manschette hat die richtige Größe, wenn sich der INDEX-Pfeil innerhalb der zwei OK-Pfeile befindet (siehe Abbildung unten).
Sollte sich der Pfeil außerhalb dieses Bereichs befinden, muss eine andere Manschettengröße (XL oder XS) ausgewählt werden. (Fig.8)

Wichtig

- Der Blutdruck ändert sich mit jedem Herzschlag und weist somit 24 Stunden am Tag ständig andere Werte auf.
- Der Blutdruckmesswert kann durch Haltung und Zustand des Benutzers sowie durch mehrere weitere Faktoren beeinflusst werden. Zum Erhalt einer möglichst genauen Ablesung wird empfohlen, die Messung 1 Stunde nach sportlicher Betätigung, einem Bad, einer größeren Mahlzeit, dem Konsum von Alkohol oder koffeinhaltigen Getränken oder dem Rauchen einer Zigarette vorzunehmen.
- Vor einer Blutdruckmessung sollten Sie nach Möglichkeit 15 Minuten ruhig sitzen und sich entspannen. Sie sollten bei der Blutdruckmessung nicht müde oder körperlich erschöpft sein.
- Während der Blutdruckmessung nicht sprechen oder den Arm oder die Hand bewegen.

Korrekte Blutdruckmessung

1. Zum Einschalten des Geräts 'set' drücken.
2. Unter Verwendung der Nach-oben- bzw. Nach-unten-Taste den Benutzer (1-6 bzw. 0 für einen Gast) auswählen.
3. Sicherstellen, dass die Manschette korrekt am Arm positioniert ist und Sie bequem sitzen, wobei sich die Manschette auf Herzhöhe befinden muss.
4. Zur Blutdruckmessung die Taste 'set' drücken. Die Manschette wird aufgepumpt und die Messung beginnt.
5. Nach Abschluss der Messung wird die in der Manschette befindliche Luft automatisch ganz abgelassen, und auf dem Display werden die Messergebnisse für systolischen Druck, diastolischen Druck und Puls angezeigt. Außerdem wird mit der LED-Anzeige der auf der WHO-Norm basierende Gesundheitszustand angegeben (siehe WHO-Tabelle auf Seite 3). Gleichzeitig werden die Messergebnisse im Gerätespeicher festgehalten (gilt nur für Benutzer 1-6). (Abb. 9)
6. Das Gerät wird nach 30 Sekunden automatisch abgeschaltet, oder sobald die Taste 'set' gedrückt wird.
7. Bei Bedarf kann anschließend sofort eine weitere Messung vorgenommen werden. Dazu einfach alle Schritte ab Schritt 1 wiederholen.

Fehlermeldungen:

Erro	Während der Messung wurde ein Fehler festgestellt. Zum Stoppen die Taste 'set' drücken und die Messung von Neuem beginnen. Wenn das Problem weiterhin auftritt, wenden Sie sich bitte an den HoMedics Kundendienst. Angaben hierzu können Sie dem Garantieheft entnehmen.

Wissenswertes zur Blutdruckmessung

- Die Blutdruckmessung sollte in einer ruhigen und bequemen Umgebung durchgeführt werden, da Messergebnisse durch hohe oder niedrige Temperaturen beeinflusst werden können. Der Blutdruck sollte bei normaler Körpertemperatur gemessen werden.
- Während der Messung darauf achten, dass Sie sich nicht bewegen oder sprechen. Die Füße flach auf den Boden stellen.
- Während der Messung nicht die Manschette oder den Blutdruckmesser berühren.
- Zum Erhalt eines möglichst genauen Messergebnisses sollte die Blutdruckmessung immer ungefähr zur selben Tageszeit und am selben Arm erfolgen.
- Wenn mehrere aufeinander folgende Messungen durchgeführt werden sollen, bitte zwischen jeder Messung 5 Minuten warten.
- Die Messergebnisse dienen nur als Richtlinie. Sollten Sie sich wegen Ihres Blutdrucks Sorgen machen, suchen Sie bitte einen Arzt auf.
- Dieses Produkt eignet sich nicht für Personen, die an Arrhythmie (Herzrhythmusstörungen) leiden.
- Bei Diabetes, Durchblutungsstörungen, Nierenproblemen oder nach einem Schlaganfall kann es zu Messfehlern kommen.

Speicher

Dieser Blutdruckmesser kann von 6 Benutzern verwendet werden. Jeder Benutzer kann bis zu 30 Messergebnisse speichern, bevor die Daten heruntergeladen werden müssen.
Wenn der Benutzerspeicher voll ist, werden im Display FULL (voll) und die Benutzernummer 1, 2, 3 … angezeigt. Die gelbe LED-Anzeige wird leuchten.
Angaben zum Herunterladen auf die MiBody 360 Software können Sie der vollständigen Gebrauchsanleitung entnehmen.

Fehlersuche

Sollte es während der Verwendung des Geräts zu irgendwelchen Störungen kommen, bitte zuerst die nachfolgenden Punkte beachten, bevor Sie sich mit dem Geschäft, in dem Sie das Gerät kauften, in Verbindung setzen:

Symptom	Mögliche Ursache	Korrekturmaßnahme
Das Gerät schaltet sich beim Drücken des Stop/Start-Knopfs nicht ein.	Die Batterien müssen ausgewechselt werden.	Vier neue Batterien einlegen.
Das Erro-Messfehlersymbol wird angezeigt, oder der Blutdruckmesswert ist übermäßig niedrig (bzw. hoch).	Die Manschette wurde nicht richtig angebracht.	Die Manschette korrekt anbringen.
	Haben Sie während der Messung gesprochen oder sich bewegt?	Die Messung erneut starten und den Arm während des gesamten Messvorgangs ruhig halten.
	Armbewegung während des Manschettentragens.	
	Unregelmäßiger Luftstrom. Der Schlauch ist nicht korrekt am Gerät angebracht.	Den Manschettenanschluss prüfen. Die Messung erneut starten.

Sollte das Gerät noch immer nicht ordnungsgemäß funktionieren, setzen Sie sich bitte mit dem Geschäft in Verbindung, in dem Sie das Gerät kauften, oder wenden Sie sich an den HoMedics Kundendienst. Angaben hierzu können Sie dem Garantieheft entnehmen.
Versuchen Sie bitte nicht, das Gerät zu öffnen oder irgendwelche Innenteile selbst zu justieren.

Spezifikationen

Stromquelle	4 AA-Batterien
Messprinzip	Oszillometrisch
Messbereich	Druck: 30-280 mmHg Puls: 40-200 Schläge pro Minute
Genauigkeit	Druck: ±3 mmHg Puls: Ablesung innerhalb von ±5%
Drucksensor	Halbleiter
Aufpumpen	Automatisch - pumpengesteuert
Luftablass	Automatisch - Überdruckventil
Speicherkapazität	30 Messergebnisse pro Benutzer (insgesamt 180)
Automatische Abschaltung	30 Sekunden nach der letzten Verwendung
Gebrauchsbedingungen	10°C - 40°C 85% max. relative Feuchtigkeit
Aufbewahrungsbedingungen	-20°C - 60°C 85% max. relative Feuchtigkeit
Manschettenumfang	22-32 cm
Mindestalter	18 Jahre
Klassifizierung	Typ BF. Gerät und Manschette bieten einen angemessenen Schutz gegen Stromschlag.

Die Spezifikationen können ohne vorherige Ankündigung geändert werden.

Reinigung und Wartung

1. Blutdruckmesser, Manschette und Aufbewahrungsvorrichtung können mit einem weichen Tuch, das mit einem milden Reinigungsmittel befeuchtet wurde, abgewischt und anschließend mit einem weichen, trockenen Stoff- oder Papiertuch getrocknet werden. Niemals starke, ätzende Reinigungsmittel verwenden, da diese die Kunststoffteile beschädigen können. Zur Reinigung des Geräts auch niemals Verdünner, Alkohol oder Kerosin verwenden.

Sichere Verwendung elektrischer Geräte

1. Das Gerät bei Nichtverwendung in der dafür vorgesehenen Vorrichtung aufbewahren.
2. Das Gerät nur am Handgelenk oder Oberarm und niemals an anderen Körperteilen verwenden.
3. Wenn das Gerät für längere Zeit nicht verwendet wird, sollten die Batterien herausgenommen werden, um ein Auslaufen, das wiederum zu einer Beschädigung des Geräts führen kann, verhindern zu können.
4. Wenn das Gerät bei einer sehr niedrigen Temperatur nahe des Gefrierpunkts aufbewahrt wurde, vor dem Gebrauch warten, bis es sich wieder auf Raumtemperatur erwärmt hat.

5. Weder Gerät noch Manschette dürfen zerlegt werden, da dies zu einer ernsthaften Beschädigung des Geräts führen kann.
   Sollte eine Reparatur erforderlich sein, muss das Gerät hierfür wieder zum Geschäft zurückgebracht werden, in dem es gekauft wurde. Versuchen Sie bitte nicht, das Gerät zu öffnen oder irgendwelche Innenteile selbst zu justieren.
6. Das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen, da dies zu einer Beschädigung führen wird.
7. Weder Gerät noch Manschette extremen Temperaturen, Feuchtigkeit oder direkter Sonneneinstrahlung aussetzen. Das Gerät vor Staub schützen.
8. Manschette und Schlauch dürfen nicht zu eng zusammengefaltet werden. Das Gerät darf nicht aktiviert werden, wenn es nicht korrekt am Handgelenk oder Oberarm angebracht wurde.
9. Das Gerät nicht fallen lassen oder einem hohen Druck aussetzen.
10. Das Gerät darf keinen größeren Erschütterungen ausgesetzt werden, wie beispielsweise wenn es auf den Boden fällt.
11. Dieses Gerät ist nur für den Privatgebrauch vorgesehen und eignet sich nur für Erwachsene (im Alter von mindestens 18 Jahren).
12. Für den höchst unwahrscheinlichen Fall, dass die Manschette ohne zu stoppen immer weiter aufgepumpt wird, die Manschette sofort vom Handgelenk oder dem Oberarm lösen.
13. Zur Sicherstellung genauer Messergebnisse muss das Gerät bei gemäß der Spezifikation angegebenen Temperaturen aufbewahrt werden.

Umweltschutz und korrekte Entsorgung der Batterien

Beim Austauschen der Batterien bitte die Umwelt berücksichtigen. Verbrauchte Batterien gehören nicht in den Hausmüll und müssen an einer dafür zugelassenen Sammelstelle entsorgt werden. Es ist sicherzustellen, dass die Batterien nicht zu alt oder abgenutzt sind, da ansonsten das Risiko bestehen kann, dass Säure ausläuft. Das an den Batterien angegebene Verfalldatum prüfen. Nicht vergessen, dass vor Entsorgung des Geräts die Batterien herausgenommen werden müssen

Diese Kennzeichnung weist darauf hin, dass dieses Produkt innerhalb der EU nicht mit anderem Hausmüll entsorgt werden soll. Damit durch unkontrollierte Abfallentsorgung verursachte mögliche Umwelt- oder Gesundheitsschäden verhindert werden können, entsorgen Sie dieses Produkt bitte ordnungsgemäß und fördern Sie damit eine nachhaltige Wiederverwendung der Rohstoffe. Verwenden Sie zur Rückgabe Ihres benutzten Geräts bitte für die Entsorgung eingerichtete Rückgabe- und Sammelsysteme oder wenden Sie sich an den Händler, bei dem Sie das Produkt kauften. Auf diese Weise kann ein sicheres und umweltfreundliches Recycling gewährleistet werden. (WEEE-Erklärung)

Guía Rápida de Uso

PARA DESCARGAR EL MANUAL DE INSTRUCCIÓNES COMPLETO E INSTALAR EL SOFTWARE DE SEGUIMIENTO MIBODY 360 VISITE:
www.mibody360.com

PARA EMPEZAR A USAR EL MONITOR DE PRESIÓN ARTERIAL SIGA LAS INSTRUCCIONES DE USO QUE SE ENCUENTRAN ABAJO:

Antes de utilizarlo

Antes de utilizar el monitor de presión arterial deben seguirse varios pasos básicos. Por favor, lea este manual detalladamente antes de utilizar el monitor de presión arterial por primera vez y guárdelo para uso futuro.
El monitor de presión arterial está destinado a uso casero solamente. Cualquier medición se proporciona solamente a título de información y no puede sustituir una visita al doctor bajo ninguna circunstancia.
Las mediciones de presión arterial siempre deben ser evaluadas por una persona calificada (un médico, enfermera o similar) que esté familiarizado con el estado médico general del usuario. Mediante un uso periódico del dispositivo y manteniendo un registro de los resultados, esta persona puede mantenerse bien informada sobre cualquier cambio en la presión arterial del usuario.
Las mediciones nunca pueden ser interpretadas por el usuario con el objetivo de cambiar los niveles de uso de medicamentos prescritos por un médico, sino que debe seguir las instrucciones de éste EN TODO MOMENTO.
El uso de un tamaño de brazalete apropiado es esencial para obtener una medición correcta. Siga las instrucciones presentadas en este manual e impresas en el brazalete para asegurarse de que utiliza el tamaño de brazalete correcto.
El monitor de presión arterial no es adecuado para usuarios que sufre de arritmia (alteraciones en el ritmo cardíaco) y pueden ocurrir errores en los resultados de la mediciones si el usuario ha sufrido un ataque de apoplejía, padece enfermedades cardiovasculares, tiene una presión arterial muy baja o sufre otros síntomas como enfermedades circulatorias (diabetes, enfermedades del riñón, esclerosis arterial (depósitos en las arterias), o mala circulación arterial periférica (por ejemplo en las manos y los pies).
Interferencias electromagnéticas: El dispositivo contiene componentes electrónicos sensibles. Debe mantenerse apartado de campos eléctricos o electromagnéticos potentes de la cercanía (por ejemplo, teléfonos móviles, hornos microondas) ya que éstos pueden reducir temporalmente la exactitud de la medición.
Utilice el monitor de presión arterial sólo para su fin original.
El dispositivo está destinado a la medición de la presión arterial y el pulso de personas adultas. No aplicar el monitor a niños pequeños o a personas que no pueden dar su permiso. El dispositivo no debe ser utilizado por niños.
El monitor de presión arterial funciona de acuerdo con el principio de medición oscilométrica. Estos cambios en la presión arterial se miden en el brazalete basándose en el pulso del brazo y se convierten en un valor numérico de la presión arterial. Simultáneamente, el número de latidos registrados en el pulso se registran y calculan como el número de latidos por minuto.
Hay dos clases de presiones arteriales discernibles. Ambos se expresan en mmHg (milímetros en la columna de mercurio): Las sistólica y la diastólica Las sistólica ('presión arterial alta') indica la presión cuando las cámaras del corazón se contraen para enviar sangre a través del cuerpo, y la diastólica ('presión arterial baja') indica la presión cuando el corazón está relajado y se llena de sangre antes de la contracción muscular siguiente. La conexión entre estos valores (mmHg) se expresa, por ej., como 130/85, que significa que la presión sistólica es 130 y la presión diastólica es 85.

¿Porqué es importante vigilar su presión arterial?

Muchos de las enfermedades más comunes actuales están conectadas con la hipertensión, también conocida como 'presión arterial alta'. La hipertensión está estrechamente relacionada con las enfermedades cardiovasculares, y para las personas en la zona de peligro el control de la presión arterial proporciona una herramienta importante para vigilar su evolución.

Estándar para la presión arterial

El estándar de presión arterial de la OMS define las áreas de las presiones arteriales alta y baja. El estándar es sólo una guía ya que los niveles de presiones arteriales individuales pueden variar de una persona a otra, entre grupos de edades, etc.

Luz LED	Clasificación de la Organización Mundial de la Salud (OMS)	Presión Sistólica	Presión diastólica (mmHg)
VERDE	Óptima	<120	<80
	Normal	120-129	80-84
	Normal-Alta	130-139	85-89
ÁMBAR	Hipertensión grado 1	140-159	90-99
ROJO	Hipertensión grado 2	160-179	100-109
	Hipertensión grado 3	≥180	≥110

Cómo utilizar el monitor de presión arterial

Este monitor de presión arterial está equipado con tecnología inteligente.
Al pulsar un botón el brazalete se infla automáticamente para bloquear el flujo de presión arterial a través de la arteria.
Seguidamente se inicia el proceso de deflación. La tecnología inteligente permite ajustar la inflación y deflación automáticamente
Para la comodidad de cada individuo. Tenga en cuenta que cualquier movimiento durante
La inflación o deflación puede provocar errores en los resultados. Cuando la medición ha terminado, la pantalla muestra la presión sistólica, la presión diastólica y el ritmo cardíaco.
El monitor de presión arterial MiBody 360 está aprobado para proporcionar resultados clínicamente correctos.
El dispositivo está aprobado por la MDD (Directiva de dispositivos médicos), Norma europea EN-1060-3 y/o 1060-4) y satisface sus exigencias así como las directrices de la acreditación de la BHS (Sociedad de hipertensión británica).

Descripción de los componentes (Fig.1 página 2)

1. Pantalla LCD
2. Indicador LED
3. Botones de selección x 2
4. Tubo y conector de aire
5. Brazalete
6. Botón ON/OFF + SET

Colocación y cambio de pilas

1. Haga ligera presión en el asa de la puerta mientras la levanta y retira. Coloque o cambie las pilas del compartimiento de pilas. Asegúrese de colocar las pilas correctamente. La puerta vuelve a colocarse en su sitio.
2. TLas pilas se deben cambiar cuando ‘bat lo’ aparece en la pantalla.

Como las pilas suministradas sólo son de prueba, pueden descargarse antes de las pilas compradas en la tienda. Cambie las pilas en pares. Retire las pilas cuando la unidad no se utilice por largos períodos.

Cómo utilizar el dispositivo de presión arterial

El primer uso y la configuración de la fecha/hora:

1. La primera vez que se use después de insertar las pilas aparecerá 'SET UP' en la pantalla
2. Presione ‘set’ y aparecerá la palabra ‘dAtE' en la pantalla:
3. Parpadeará el día, utilice las flechas hacia arriba o hacia abajo para seleccionar la fecha y presione 'set' para confirmar y pasar al mes, siga este proceso para configurar el mes y pase a la configuración del año, después presione 'set'
4. La palabra ‘hour' aparecerá en la pantalla; La hora parpadeará, utilice las flechas hacia arriba o hacia abajo para seleccionar la hora, presione ‘set’ para
   Confirmar y pasar a los minutos, siga el mismo proceso para configurar la hora y presione ‘set’
5. El monitor de presión arterial ya está configurado y listo para usar, aparecerá ‘0’ ‘0’ ‘0’, la fecha, hora y número de usuario en la pantalla.
6. Si necesita cambiar la fecha durante el uso normal presione y mantenga ‘set’ para entrar en ‘SET UP’ y
   Repita el proceso del primer paso

Nota: Después de 30 segundos volverá a aparecer la pantalla de inicio por defecto con ‘0’ ‘0’ ‘0’

Colocación del brazalete

1. Si la primera vez que utiliza el brazalete, éste no está ensamblado, introduzca el extremo del brazalete más alejado del tubo a través del anillo en D para formar un nudo corredizo. (Fig.2)
2. Aplique el tubo al lado izquierdo del dispositivo. (Fig.3)
3. Quítese la ropa ajustada de la parte superior del brazo izquierdo y coloque el brazalete aproximadamente a 2-3 cm más arriba del codo de forma que el tubo esté centrado en la mitad del brazo. El tubo debe estar encarado hacia abajo y hacia la mano. (Fig.4)
4. Tire con cuidado del extremo del tubo de forma que quede apretado fácilmente y con comodidad alrededor del brazo. El brazalete se sujeta tirando del sujetador de velcro hacia el brazalete.
5. Debe poder colocar dos dedos entre el brazalete y el brazo. El brazalete no debe apretarse más. (Fig.5)
6. Relaje su cuerpo y descanse su brazo sobre una mesa con la mano hacia arriba de forma que el brazalete esté posicionado a la misma altura que el corazón. Compruebe que el tubo no se doble. (Fig.6)

Si no es posible colocar el brazalete en el brazo izquierdo, puede colocarse en el derecho.
Sin embargo, es importante que todas las mediciones se realicen en el mismo brazo. Si la medición va a realizarse en el brazo derecho, el tubo del brazalete debe posicionarse sobre la arteria principal. Haga presión en las arterias del brazo con dos dedos aproximadamente a 2 cm encima del codo en la parte anterior del brazo para averiguar dónde el pulso es más fuerte.
Esta es la arteria principal. (Fig.7)
IMPORTANTE!
El tamaño del brazalete es esencial para garantizar resultados de medición exactos. El brazalete es del tamaño apropiado si la flecha INDEX está situada dentro de las dos fechas OK, tal como se ilustra a continuación.
Si la flecha está fuera de esta área, debe utilizarse otro brazalete (XL o XS). (Fig.8)

Importante

- La presión arterial cambia con cada latido del corazón y por lo tanto varía constantemente 24 horas al día.
- La medición de la presión arterial puede ser influenciada por la posición del usuario u otros factores. Para obtener el mayor grado posible de exactitud se recomienda que la medición se tome una hora después de hacer ejercicio, tomar un baño, terminar de comer, consumir bebidas alcohólicas o con cafeína o fumar.
- Antes de la medición se recomienda que se siente y se relaje durante 15 minutos. El usuario no debe estar agotado o cansado físicamente cuando se tome la medición.
- El usuario no debe hablar ni mover el brazo o la mano durante la medición.

Cómo medir la presión arterial

1. Presione ‘set’ para encender el monitor
2. Seleccione el usuario (1-6 ó 0 para usuario invitado) utilizando las flechas hacia arriba/hacia abajo.
3. Asegúrese de que el brazalete este posicionado correctamente en el brazo y de que está cómodamente sentado con el brazalete A la altura del corazón.
4. Presione ‘set’ para comenzar la medición de la presión arterial - el brazalete se inflará y empezará a medir
5. Cuando se haya terminado la medición, el brazalete se desinflará automáticamente y aparecerán lecturas de presión con las palabras ‘diastolic’ para presión diastólica y ‘sistolic’ para presión sistólica en la pantalla, además del ‘pulse’ para el pulso, la luz LED se encenderá
   Para dar una indicación del estado de salud basado en el estándar establecido por la OMS (véase la tabla de la OMS en la página 3) La Medición se guardará simultáneamente en la memoria del dispositivo (solo en el caso de usuarios 1-6). (Fig.9)
6. El dispositivo se apagará automáticamente después de 30 segundos o cuando se presione ‘set’
7. Se puede tomar otra medición inmediatamente si lo desea, solo hay que volver al primer paso y repetir todo el proceso.

Mensajes de errores:

Erro	Se ha detectado un error durante la medición. Presione ‘set’ para detener la medición y empezar de nuevo. Si persigue el problema póngase en contacto con el servicio de atención al cliente HoMedics tal y como indica la hoja de garantía.

Vale la pena estar enterado de la medición de presión arterial

- Las mediciones de presión arterial deben realizarse en un entorno tranquilo y cómodo ya que las mediciones puede ser afectadas por temperaturas altas o bajas. La presión arterial debe medirse a temperaturas corporales normales.
- No se mueva ni hable durante la medición. Mantenga las plantas de los pies en el suelo.
- No toque ni el brazalete ni el dispositivo de presión arterial durante la medición.
- Para obtener la medición mejor posible, la presión arterial debe medirse aproximadamente a la misma hora cada día y en el mismo brazo.
- Si va a realizar varias mediciones sucesivas, espere 5 minutos entre mediciones.
- Las mediciones sólo son una guía. Si tiene alguna duda sobre su presión arterial, consulte a su doctor.
- El producto no es adecuado para personas que sufren arritmia (alteraciones del ritmo cardíaco).
- Pueden ocurrir errores de mediciones si el usuario sufre diabetes, mala circulación arterial, problemas de riñón o ha sufrido un ataque de apoplejía.

Memoria

El dispositivo de presión arterial puede ser usado por seis usuarios. Cada usuario puede almacenar hasta 30 mediciones.
Antes de descargar.
Cuando la memoria esté completa aparecerá la palabra FULL en la pantalla junto al número de usuario número 1, 2, 3 ... . Se encenderá la luz LED color ÁMBAR
Siga el manual de instrucciones completa para descargar el software de MiBody 360.

Búsqueda de errores

Si ocurren irregularidades durante el uso del dispositivo, compruebe los puntos siguientes antes de contactar con el vendedor:

Síntoma	Razones posibles	Corrección
El dispositivo no se activa cuando se actúa el botón de desactivación/activación.	Se requiere un cambio de pilas.	Cambiarlas por cuatro pilas nuevas.
Símbolo de error de medición Erro en la pantalla, o la medición de presión arterial es excesivamente baja (o alta).	El brazalete está colocado incorrectamente.	Vuelva colocar el brazalete de forma que esté posicionado correctamente.
	¿Habló o se movió durante la medición?	Reinicie la medición y mantenga el brazo inmóvil durante toda la medición.
	Movió el brazo mientras llevaba el brazalete puesto.	
	El flujo de aire es irregular. El tubo no está aplicado correctamente al dispositivo.	Compruebe la conexión del brazalete. Reinicie la medición

Si el dispositivo sigue sin funcionar, contacte con la tienda en la que se compró el dispositivo o Póngase en contacto con el servicio de atención al cliente cuyos datos se encuentran en la hoja de garantía.
No intente abrir el dispositivo ni ajustar ninguna de las piezas internas por su cuenta.

Especificaciones

Fuente de alimentación	4 pilas AAA
Estándar de medición	Oscilométrica
Zona de medición	Presión: 30-280 mmHg Pulso: 40-200 latidos por minuto
Exactitud	Presión: ±3 mmHg Pulso: Lectura dentro de ±5%
Sensor de presión	Semiconductor
Inflación	Automática - impulsada por bomba
Deflación	Automática - válvula de sobrepresión
Capacidad de memoria	30 mediciones por usuario (total 180)
Desact. automática	30 después del último uso
Condiciones durante el uso	10˚C - 40˚C 85% RH máx.
Condiciones de almacenamiento	-20˚C - 60˚C 85% RH máx.
Circunferencia de brazalete	22-32 cm
Limitación de edad	18 años
Clasificación	Tipo BF. El dispositivo y el brazalete están diseñados para proporcionar protección especial contra sacudidas eléctricas.

Las especificaciones pueden cambiarse sin notificación previa.

Limpieza y mantenimiento

1. El monitor de presión arterial, el brazalete y la caja de almacenamiento pueden limpiarse con un paño suave humedecido con detergente suave y secarse con un paño suave seco o una toallita de papel. No deben utilizarse nunca detergentes cáusticos fuertes ya que pueden causar daños en las piezas sintéticas. Tampoco deben utilizarse nunca diluyentes, alcohol o queroseno para limpiar el dispositivo.

Dispositivos de seguridad y eléctricos

1. Cuando el dispositivo no se utilice, guárdelo en la caja de almacenamiento.
2. Utilice sólo el dispositivo aplicado a la muñeca o la parte superior del brazo, no aplicarlo a ninguna otra parte del cuerpo.
3. Cuando el dispositivo no se utilice por largos períodos de tiempo, se recomienda que retire las pilas para evitar fugas de ácido que puedan causar daño al dispositivo.
4. Si el dispositivo ha sido almacenado a temperaturas muy bajas cerca del punto de congelación, permita que alcance la temperatura ambiente antes de utilizarlo de nuevo.

5. Ni el dispositivo ni el brazalete deben desmontarse ya que esto podría dañar gravemente el dispositivo. Si la reparación es necesaria, el dispositivo debe devolverse a la tienda donde se compró. No intente abrir el dispositivo ni ajustar ninguna de las piezas internas por su cuenta.
6. No sumerja el dispositivo en agua u otros líquidos ya que esto lo dañaría.
7. No exponga ni el dispositivo ni el brazalete a temperaturas extremas, humedad o la luz directa del sol. Proteja el dispositivo contra el polvo.
8. El brazalete y el tubo no deben plegarse de forma apretada. El dispositivo no debe activarse si no está colocado correctamente en la muñeca o la parte superior del brazo.
9. No deje caer el dispositivo ni lo someta a presión pesada.
10. El dispositivo no debe exponerse a sacudidas extremas como, por ejemplo, si se deja caer al suelo.
11. El dispositivo está destinado a utilizarse en hogares privados solamente y es adecuado solamente para usarse con adultos (mayores de 18 años).
12. En el caso muy improbable de que el brazalete continuara inflándose sin parar, debe retirarse inmediatamente de la muñeca o del brazo.
13. El dispositivo se debe guardar a la temperatura indicada para garantizar mediciones precisas.

Protección del medio ambiente y desecho de pilas

Respete el medio ambiente cuando cambie las pilas. Las pilas gastadas no son desechos domésticos ordinarios. Deben desecharse en puntos de recogida autorizados. Asegúrese de que las pilas no sean demasiado viejas ni estén muy desgastadas ya que existe el riesgo de que pierdan ácido. Compruebe la fecha de caducidad de las pilas. Recuerde retirar las pilas antes de desechar el producto.

Este símbolo indica que este artículo no se debe tirar a la basura con otros residuos domésticos en ningún lugar de la UE. A fin de prevenir los efectos perjudiciales que la eliminación sin control de los residuos puede tener sobre el medio ambiente o la salud de las personas, le rogamos que los recicle de forma responsable para fomentar la reutilización sostenible de los recursos materiales. Para devolver su dispositivo usado, utilice los sistemas de devolución y recogida o póngase en contacto con la empresa a la que le compró el artículo, la cual lo podrá recoger para que se recicle de forma segura para el medio ambiente.
(Explicación RAEE)

Guida introduttiva rapida

PER SCARICARE IL MANUALE DELLE ISTRUZIONI COMPLETO E INSTALLARE IL SOFTWARE DI MONITORAGGIO MIBODY 360, VISITA IL SITO:
www.mibody360.com

PER INIZIARE A UTILIZZARE SUBITO IL MISURATORE DI PRESSIONE MIBODY360 DI HOMEDICS, BASTA SEGUIRE LE ISTRUZIONI RAPIDE DI SEGUITO RIPORTATE:

Prima dell'uso

Prima di utilizzare il misuratore di pressione è necessario osservare alcune procedure basilari. Leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare il misuratore di pressione per la prima volta e conservare il manuale per consultazioni future.

Il misuratore di pressione è destinato al solo uso domestico. Qualsiasi misurazione ha carattere unicamente informativo e non sostituisce in nessun caso una visita medica. Le misurazioni della pressione devono essere sempre valutate da una persona qualificata (medico, infermiere/a o simile), che conosce la condizione medica generale dell'utente. Utilizzando con regolarità l'apparecchio e registrando i valori rilevati, questa persona può essere sempre ben informata sugli sviluppi della pressione dell'utente.

L'utente non deve mai considerare le misurazioni di pressione come una terapia; pertanto non deve modificare per nessun motivo il dosaggio dei farmaci prescritti dal medico curante. Le indicazioni del medico devono essere SEMPRE seguite.

Per misurazioni corrette è necessario utilizzare il bracciale della giusta misura. Per essere certi di utilizzare il bracciale della giusta misura, seguire le istruzioni presentate in questo manuale e stampate sul bracciale stesso.

Il misuratore di pressione non è indicato per utenti affetti da aritmia (disturbi del ritmo cardiaco). I risultati di misurazione possono fornire valori errati se l'utente ha subito un ictus, se soffre di malattie cardiovascolari, ipotensione o altri sintomi quali disturbi circolatori, diabete, malattie renali, arteriosclerosi (depositi nelle arterie) o una scarsa circolazione sanguigna periferica (ad esempio nelle mani e nei piedi).

Interferenze elettromagnetiche: L'apparecchio contiene componenti elettronici sensibili. Tenerlo lontano da forti campi elettrici o elettromagnetici (ad esempio telefoni cellulari, forni a microonde) situati nelle immediate vicinanze poiché possono ridurre temporaneamente la precisione di misurazione.

Utilizzare il misuratore di pressione solo per la sua destinazione d'uso originale.

L'apparecchio è destinato alla misurazione della pressione sanguigna e alla determinazione dei battiti del polso su persone adulte. Non utilizzare lo strumento su bambini né su persone che non possono esprimere il proprio consenso. Il dispositivo non deve essere azionato da bambini.

Il misuratore di pressione opera in base al principio di misurazione oscillometrica. Queste variazioni della pressione sanguigna vengono rilevate nel bracciale in base ai battiti del braccio e convertite in un valore numerico dell'attuale pressione. Nello stesso tempo, viene registrato il numero di battiti del polso e calcolato come numero di battiti al minuto.

Esistono due tipi di pressione sanguigna, entrambe espresse in mmHg (millimetri di mercurio): pressione sistolica e pressione diastolica. La pressione sistolica ('la massima') corrisponde al momento in cui il cuore si contrae per mandare sangue nel corpo, mentre la pressione diastolica ('la minima') coincide con il momento in cui il cuore si rilassa e si riempie di sangue prima della contrazione muscolare successiva. Il rapporto tra i valori (mmHg) è espresso, per esempio, come 130 su 85, che significa che la pressione sistolica è 130 e quella diastolica è 85.

Perché è importante tenere sotto controllo la pressione sanguigna?

Molte delle più comuni malattie moderne sono legate all'ipertensione, definita anche 'pressione alta'. L'ipertensione è strettamente correlata a malattie cardiovascolari e per i soggetti a rischio la pressione sanguigna rappresenta uno strumento importante per tenere sotto controllo lo sviluppo del proprio stato di salute.

Norma per la pressione sanguigna

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha introdotto una norma per la pressione sanguigna in base alla quale identificare i valori a rischio di ipertensione e ipotensione. Tale norma, tuttavia, è solo una direttiva generica poiché i valori pressori individuali variano da persona a persona, a seconda delle fasce di età, e così via.

Indicatore luminoso LED	Classificazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)	Pressione sistolica (mmHg)	Pressione diastolica (mmHg)
VERDE	Ottimale	<120	<80
	Normale	120-129	80-84
	Normale-alta	130-139	85-89
GIALLO	Ipertensione livello 1	140-159	90-99
ROSSO	Ipertensione livello 2	160-179	100-109
	Ipertensione livello 1 3	≥180	≥110

Funzionamento del misuratore di pressione

Questo misuratore di pressione MiBody 360 è dotato di una tecnologia intelligente. Premendo un solo pulsante, il manicotto si gonfia automaticamente per bloccare il flusso di pressione sanguigna che passa attraverso l'arteria.
Successivamente, inizia il processo di sgonfiaggio. La tecnologia intelligente permette di regolare i processi automatici di gonfiaggio e sgonfiaggio affinché si adattino perfettamente a ciascun individuo.Si tenga presente che qualsiasi movimento durante il gonfiaggio o lo sgonfiaggio causa errori di misurazione. Una volta completata la misurazione, il display visualizza la pressione sistolica, la pressione diastolica e la frequenza cardiaca.
Il misuratore di pressione MiBody 360 è approvato per fornire risultati clinicamente corretti. L'apparecchio è approvato da e conforme alle disposizioni contenute nella Direttiva sui dispositivi medici (Standard europeo EN-1060-3 e/o 1060-4) nonché alle linee guida della British Hypertension Society (BHS).

Descrizione delle parti (riferimento alla Fig. 1 di pagina 2)

1. LCD display
2. Indicatore luminoso LED
3. Tasti selezione utente (x2)
4. Tubo dell'aria e connettore
5. Manicotto
6. Pulsante ON/OFF + SET

Inserimento e sostituzione delle batterie

1. Esercitare una leggera pressione sul manico del coperchio durante il sollevamento e l'apertura. Inserire o sostituire le batterie nel vano portapile. Assicurarsi che le batterie siano inserite correttamente, quindi richiudere il coperchio dell'alloggiamento.
2. Le pile vanno sostituite quando sul display compare il messaggio 'batt lo'.

Poiché le batterie fornite con l'apparecchio sono solo di prova, possono scaricarsi prima rispetto alle normali pile che si acquistano negli appositi rivenditori. Sostituire le batterie a coppie. Rimuovere le pile quando l'apparecchio non viene utilizzato per periodi di tempo prolungati.

Come utilizzare l'apparecchio di misurazione della pressione

Primo utilizzo e impostazione data/ora:

1. Al primo utilizzo, dopo aver inserito le batterie, 'SET UP' compare sul display.
2. Premendo 'set', il display visualizza 'dAtE'.
3. Il giorno lampeggia sul display: scegliere la data utilizzando le frecce su/giù. Premere 'set' per confermare il giorno e passare al mese. Seguire la stessa procedura per impostare il mese e l'anno; infine, premere 'set'.
4. Il display visualizza 'hour'. L'ora lampeggia sul display: scegliere l'ora utilizzando le frecce su/giù. Premere 'set' per confermare l'ora e passare ai minuti. Seguire la stessa procedura per impostare i minuti; infine, premere 'set'.
5. Il misuratore di pressione è ora configurato e pronto per l'uso. Il display visualizza '0' '0' '0', seguito da data, ora e numero utente.
6. Se si desidera modificare la data e/o l'ora durante il normale utilizzo, tenere premuto 'set' per entrare nelle impostazioni ('SET UP') e ripetere la procedura dall'operazione 1.

Nota: dopo 30 secondi, il display ritorna alla schermata iniziale predefinita ('0' '0' '0').

Applicazione del bracciale

1. Se al primo utilizzo il bracciale non è ancora stato regolato, infilare il bordo del bracciale, dalla parte opposta del tubo, nell'anello a "D" a formare un nodo scorsoio. (Fig.2)
2. Inserire il tubo nel lato sinistro dell'apparecchio. (Fig.3)
3. Liberare il braccio sinistro da qualsiasi indumento stretto e posizionare il bracciale a circa 2-3 cm sopra il gomito in modo che il tubo dell'aria si trovi nel centro del braccio. Il tubo deve essere orientato verso il basso in direzione della mano. (Fig.4)
4. Esercitare una leggera pressione sul bordo del bracciale affinché aderisca facilmente e in maniera omogenea attorno al braccio. Fissare il bracciale tirando verso di esso la fascetta di chiusura in velcro.
5. Tra il bracciale e il braccio dovrebbero riuscire a passarvi due dita. Non stringere il bracciale oltre questo limite. (Fig.5)
6. Rilassarsi e appoggiare il braccio su un tavolo con il palmo rivolto verso l'alto in modo che il bracciale si trovi alla stessa altezza del cuore. Assicurarsi che il tubo dell'aria non si pieghi. (Fig.6)

Nel caso in cui non sia possibile inserire il bracciale nel braccio sinistro, può essere applicato sul braccio destro. In ogni caso, è comunque importante che tutte le misurazioni siano effettuate sullo stesso braccio. Se la misurazione viene eseguita sul braccio destro, posizionare il tubo del bracciale sopra l'arteria principale. Premere le arterie del braccio con due dita a circa 2 cm sopra il gomito nella parte interna del braccio per trovare il punto in cui il battito del polso è più forte. Questo punto corrisponde all'arteria principale. (Fig.7)
IMPORTANTE!
La misura del bracciale contribuisce a garantire risultati di misurazione accurati. Il bracciale è della giusta misura se l'estremità 'INDEX' si trova tra le due frecce 'OK', come illustrato sotto.
Se la freccia fuoriesce da questa zona, è necessario usare un bracciale di diverso diametro (XL o XS). (Fig.8)

Importante

- La pressione sanguigna varia a ogni battito cardiaco e cambia, quindi, continuamente durante tutto l'arco della giornata.
- La misurazione della pressione può essere influenzata dalla posizione dell'utente, dalla sua condizione o da altri fattori. Al fine di ottenere la massima precisione, si consiglia di effettuare la misurazione 1 ora dopo aver eseguito esercizio fisico, aver fatto il bagno, consumato un pasto, bevande alcoliche o a base di caffeina, o dopo aver fumato.
- Prima della misurazione si raccomanda di sedersi tranquilli e rilassarsi per 15 minuti. Quando viene misurata la pressione, l'utente non deve essere fisicamente stanco o affaticato.
- Durante la misurazione, l'utente non deve parlare né muovere il braccio o la mano.

Misurazione della pressione sanguigna

1. Premere il tasto ‘set’ per accendere l’unità.
2. Selezionare l’utente (1-6 o 0 per ospite) utilizzando le frecce su/giù.
3. Controllare che il bracciale sia posizionato correttamente sul braccio, assicurandosi di sedere comodamente con il bracciale alla stessa altezza del cuore.4. Premere ‘set’ per iniziare la misurazione della pressione: il bracciale si gonfia e inizia a misurare.
5. Una volta completata la misurazione, il bracciale si sgonfia automaticamente e il display visualizza le letture di pressione ‘diastolica’ e ‘sistolica’, e la ‘frequenza del polso’. L’indicatore luminoso LED si accende per fornire un’indicazione dello stato di salute sulla base dello standard stabilito dall’OMS (vedere tabella dell’OMS a pagina 3). La misurazione viene automaticamente salvata in memoria (solo utenti 1-6) (Fig. 9).
6. Il dispositivo si spegne automaticamente dopo 30 secondi oppure premendo il tasto ‘set.
7. È possibile effettuare subito un’altra misurazione se necessario: basta ritornare all’operazione 1 e ripetere l’intera procedura.

Messaggi di errore:

Erro	È stato rilevato un errore durante la misurazione. Premere ‘set’ per interrompere e ricominciare la misurazione. Se il problema persiste, contattare il servizio di assistenza clienti di HoMedics, come indicato nell’opuscolo della garanzia.

Informazioni utili sulla misurazione della pressione

- Le misurazioni della pressione devono essere eseguite in un ambiente tranquillo e confortevole poiché le alte o basse temperature possono influire sui risultati. Misurare la pressione sanguigna a temperatura corporea normale.
- Non muoversi né parlare durante la misurazione. Appoggiare bene i piedi a terra.
- Non toccare il bracciale né l’apparecchio della pressione durante la misurazione.
- Per ottenere risultati di misurazione il più accurati possibile, misurare la pressione quotidianamente più o meno alla stessa ora e sullo stesso braccio.
- Qualora si eseguano più misurazioni consecutive, far trascorrere almeno 5 minuti tra una misurazione e l’altra.
- Le misurazioni sono da considerarsi solo a titolo informativo. In caso di dubbi sulla pressione consultare il proprio medico.
- Il prodotto non è indicato per persone affette da aritmia (disturbi del ritmo cardiaco).
- Se l’utente soffre di diabete, scarsa circolazione sanguigna, problemi renali o ha subito un ictus, possono verificarsi errori di misurazione.

Funzione memoria

Questo apparecchio di misurazione della pressione può essere utilizzato da 6 utenti. Ciascun utente può memorizzare fino a 30 misurazioni prima di scaricarle.
Quando la memoria utente è piena, il display visualizza 'FULL' e il numero utente 1, 2, 3 … .
La luce LED gialla lampeggia.
Seguire il manuale completo delle istruzioni per scaricare la memoria nel software di MiBody 360.

Identificazione e risoluzione dei problemi

Se durante l'uso si verificano anomalie, controllare quanto segue prima di contattare il proprio rivenditore:

Problema	**Possibili cause**	**Misura correttiva**
L'apparecchio non si accende dopo aver premuto il pulsante di accensione/ spegnimento (START/STOP).	È necessario sostituire le pile.	Inserire quattro pile nuove.
Il simbolo di errore di misurazione 'Erro' compare sul display o il valore della pressione è troppo basso (o troppo alto).	Il bracciale non è posizionato correttamente.	Rimettere il bracciale in modo che sia posizionato in maniera corretta.
	Avete parlato o vi siete mossi durante la misurazione?	Rimisurare la pressione tenendo il braccio fermo durante l'intero processo di misurazione.
	Avete mosso il braccio mentre indossavate il bracciale?	
	Flusso d'aria irregolare. Il tubo non è inserito correttamente all'apparecchio.	Verificare il collegamento del bracciale. Ripetere la misurazione.

Se l'apparecchio continua a non funzionare, rivolgersi al punto vendita presso cui il prodotto è stato acquistato oppure contattare il servizio di assistenza clienti di HoMedics, i cui dettagli si trovano nell'opuscolo della garanzia.
In nessun caso si deve smontare l'apparecchio o tentare di ripararlo da soli.

Dati tecnici

Alimentazione	4 batterie AA
Metodo di misurazione	Oscillometrico
Range di misurazione	Pressione: 30-280 mmHg Polso: 40-200 battiti/minuto
Precisione	Pressione: ±3 mmHg Polso: ±5% della lettura
Sensore di pressione	Semiconduttore
Gonfiaggio	Automatico - a pompa
Sgonfiaggio	Automatico - valvola di rilascio
Capacità di memoria	30 misurazioni per utente (180 in totale)
Autospegnimento	30 secondi dopo l'ultimo utilizzo
Condizioni d'esercizio	Temperatura ambiente: 10° C - 40° C Umidità relativa massima: 85%
Condizioni di stoccaggio	Temperatura ambiente: -20° C - 60° C Umidità relativa massima: 85%
Circonferenza del bracciale	22-32 cm
Limite d'età	18 anni
Classificazione	Tipo BF. L'apparecchio e il bracciale sono progettati per fornire una speciale protezione contro le scosse elettriche.

I dati tecnici sono soggetti a modifica senza preavviso.

Pulizia e manutenzione

1. Il misuratore di pressione, il bracciale e la custodia sono lavabili con un panno soffice inumidito con un detergente delicato, e possono essere asciugati con un panno soffice e asciutto o un asciugamano di carta. Non utilizzare mai detergenti con forte potere dissolvente e corrosivi poiché possono danneggiare le parti in plastica dell'apparecchio. Inoltre, non usare mai diluenti, alcol o cherosene per la pulizia dell'apparecchio.

Sicurezza e dispositivi elettrici

1. Conservare l'apparecchio nell'apposita custodia quando non viene utilizzato.
2. Utilizzare il misuratore solo sul polso o sul braccio, mai su altre parti del corpo.
3. Si raccomanda di rimuovere le batterie dall'apparecchio quando non viene utilizzato per prolungati periodi di tempo, per prevenire danni causati da possibili perdite.
4. Se l'apparecchio viene conservato a temperature molto basse vicino allo zero, prima dell'uso attendere che raggiunga la temperatura ambiente.
5. Per prevenire gravi danni all'apparecchio, non smontare né il dispositivo né il bracciale. In caso di riparazione, portare l'apparecchio presso il rivenditore in cui è stato acquistato. In nessun caso si deve smontare l'apparecchio né tentare di ripararlo da soli.

6. Per evitare danni all'apparecchio, non immergerlo in acqua o altri liquidi.
7. Non esporre il dispositivo e il bracciale a temperature estreme, umidità o luce solare diretta. Proteggere l'unità dalla polvere.
8. Evitare di piegare il tubo e di stringere troppo il bracciale. Non attivare l'apparecchio senza prima aver applicato correttamente il bracciale al polso o al braccio.
9. Evitare di far cadere l'unità e non sottoporla a forte pressione.
10. Non sottoporre l'apparecchio a urti estremi, quali ad esempio cadute a terra.
11. L'apparecchio è destinato al solo uso domestico privato ed è indicato esclusivamente per persone adulte (oltre i 18 anni di età).
12. Nella remota possibilità che il bracciale continui accidentalmente a gonfiarsi senza fermarsi, toglierlo immediatamente dal polso o dal braccio.
13. Conservare l'apparecchio alle temperature indicate sulle specifiche del prodotto al fine di garantire misurazioni accurate.

Rispetto ambientale e smaltimento delle pile

Rispettare l'ambiente quando si sostituiscono le batterie. Le pile esaurite non sono un rifiuto domestico comune e pertanto devono essere smaltite in un centro di raccolta autorizzato. Assicurarsi che le batterie non siano troppo vecchie o consumate per evitare il rischio di fuoriuscita di liquidi acidi. Controllare la data di scadenza riportata sulle pile. Ricordarsi di rimuovere le batterie prima di gettare il prodotto.

Questo simbolo indica che il prodotto non deve essere smaltito assieme agli altri rifiuti domestici in tutti i Paesi dell'Unione Europea. Al fine di evitare un eventuale danno ambientale e alla salute umana derivante dallo smaltimento dei rifiuti non controllato, riciclare il prodotto in maniera responsabile per promuovere il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali. Per la restituzione del dispositivo usato, utilizzare gli appositi sistemi di restituzione e raccolta oppure contattare il rivenditore presso cui il prodotto è stato acquistato, che provvederanno al suo riciclaggio in conformità alle norme di sicurezza ambientale. (spiegazione direttiva RAEE)

Guia de Arranque Rápido

PARA FAZER O DOWNLOAD DO MANUAL DE INSTRUÇÕES COMPLETO E INSTALAR O SOFTWARE DE SEGUIMENTO MIBODY 360, POR FAVOR VISITAR:
www.mibody360.com

PARA COMEÇAR A UTILIZAR DESDE JÁ O SEU MONITOR DE TENSÃO ARTERIAL HOMEDICS MIBODY36, BASTA SEGUIR AS SEGUINTES INSTRUÇÕES DE ARRANQUE RÁPIDO:

Antes de utilizar

Antes de começar a utilizar o monitor de tensão arterial, há uma série de passos básicos que devem ser observados.

Por favor leia este manual de instruções cuidadosamente antes de o monitor de tensão arterial ser utilizado pela primeira vez, e conserve o manual para futura utilização.

O monitor de tensão arterial destina-se apenas a uso doméstico. Qualquer medição terá um carácter meramente informativo e não poderá em circunstância alguma substituir uma visita ao médico. As medições da tensão arterial deverão ser sempre avaliadas por um profissional qualificado (médico, enfermeiro ou semelhante) que esteja familiarizado com o estado clínico geral do utilizador. Através de uma utilização regular e da manutenção de um registo dos resultados, essa pessoa pode manter-se devidamente informada sobre a evolução da tensão arterial do utilizador. As medições nunca devem ser interpretadas pelo utilizador com o objectivo de alterar os níveis de utilização de medicamentos receitados por um médico, devendo as instruções do médico ser seguidas EM TODOS OS MOMENTOS.

A utilização de uma braçadeira de dimensão adequada é essencial para uma medição correcta. Siga as instruções apresentadas neste manual e impressas na braçadeira de modo a garantir a utilização da medida de braçadeira correcta.

O monitor da tensão arterial não é adequado para utilizadores que sofram de arritmia (perturbações do ritmo cardíaco) e poderão ocorrer erros nos resultados das medições se o utilizador tiver sofrido um AVC, se sofrer de doenças cardiovasculares, se tiver tensão arterial muito baixa ou se sofrer de outros sintomas como doenças circulatórias (diabetes, doenças dos rins, aterosclerose (depósitos nas artérias) ou má circulação periférica do sangue (por exemplo, nas mãos e nos pés).

Perturbações electromagnéticas: O dispositivo contém componentes electrónicos sensíveis. Mantenha o aparelho afastado de campos eléctricos ou electromagnéticos fortes nas imediações do mesmo (por exemplo, telemóveis, fornos microondas), uma vez que estes podem reduzir temporariamente o rigor das medições.

Utilize o monitor de tensão arterial apenas para o fim para que foi produzido.

O dispositivo destina-se à medição da tensão arterial e da pulsação de indivíduos adultos. Não aplicar o monitor a crianças nem a pessoas que não possam exprimir a sua autorização. O dispositivo não deve ser posto em funcionamento/manuseado por crianças.

O monitor de tensão arterial funciona de acordo com o princípio da medição oscilométrica.

Estas variações na tensão arterial são medidas na braçadeira com base na pulsação no braço e são convertidas num valor numérico da tensão arterial no momento. Simultaneamente, o número de pulsações é registado e calculado sob a forma de pulsações por minuto.

São dois os tipos de tensão arterial que são discerníveis. Ambas são expressas em mmHg (milímetros de mercúrio): a sistólica e a diastólica. A sistólica ('a tensão arterial elevada') indica a tensão quando as câmaras cardíacas se contraem para enviar sangue através do corpo, e a sistólica ('a tensão arterial baixa') indica a tensão quando o coração está descontraído e a encher-se de sangue antes da contracção muscular seguinte.

A ligação entre os valores (mmHg) é expressa como, p. ex., 130/85, o que significa que a tensão sistólica é de 130 e a diastólica 85.

Por que motivo é importante estar atento à tensão arterial?

Muitas das doenças mais comuns actuais estão relacionadas com a hipertensão, também conhecida como ‘tensão alta’. A hipertensão está intimamente ligada às doenças cardiovasculares, e para as pessoas que se encontram na zona de perigo, a tensão arterial constitui uma ferramenta importante para vigiar a evolução.

Padrão relativo à tensão arterial

O padrão relativo à tensão arterial da OMS define as gamas de valores para a tensão arterial alta e baixa. O padrão é meramente indicativo, uma vez que os níveis de tensão arterial variam de pessoa para pessoa, entre grupos etários, etc.

Indicador de luz LED	Classificação da Organização Mundial de Saúde (OMS)	Tensão sistólica (mmHg)	Tensão diastólica (mmHg)
VERDE	Óptima	<120	<80
	Normal	120-129	80-84
	Normal Alta	130-139	85-89
AMARELO	Hipertensão de Grau 1	140-159	90-99
VERMELHO	Hipertensão de Grau 2	160-179	100-109
	Hipertensão de Grau 3	≥180	≥110

Como utilizar o monitor de tensão arterial

Este monitor da tensão arterial MiBody 360 está equipado com tecnologia inteligente. Carregando num só botão, a braçadeira enche-se de ar automaticamente, bloqueando o fluxo sanguíneo através da artéria.

Subsequentemente, é iniciado o processo de esvaziamento. A tecnologia inteligente permite o ajustamento automático do insuflamento e do esvaziamento de forma a adequar-se exactamente a cada indivíduo. Saiba que qualquer movimento durante o insuflamento ou esvaziamento provocará erros na medição. Quando a medição estiver terminada, o visor mostrará a tensão sistólica, a tensão diastólica e a frequência cardíaca.

O monitor de tensão arterial MiBody 360 está aprovado para fornecer resultados clínicos correctos. O dispositivo está aprovado e em conformidade com as exigências de acreditação da DDM (Directiva Dispositivos Médicos, Norma Europeia EN-1060-3 e/ou 1060-4), bem como com as orientações da acreditação da Sociedade Britânica da Hipertensão (BHS).

Descrição das partes componentes (referência à Fig. 2, página 2)

1. Visor LCD
2. Lâmpada indicadora LED
3. 2 x botões de selecção para o utilizador
4. Tubo de ar e conector
5. Braçadeira para o braço
6. Botão ON/OFF (ligado/desligado) + SET

Colocação e substituição das pilhas

1. Carregar levemente o fecho da tampa ao mesmo tempo que se levanta e retira a mesma. Introduzir ou substituir as pilhas no compartimento respectivo. Certificar-se de que as pilhas ficam devidamente colocadas. A tampa é colocada novamente na sua posição.
2. As pilhas têm de ser substituídas quando aparecer a mensagem 'batt lo' no visor.

Uma vez que as pilhas fornecidas se destinam apenas a ensaio, podem ficar descarregadas mais depressa do que as que se compram nas lojas. Substituir as pilhas aos pares. Retirar as pilhas quando a unidade não estiver a ser utilizada por períodos prolongados.

Como utilizar o dispositivo de medição da tensão arterial

Utilização pela primeira vez e configuração da data/hora:

1. Quando se utilizar pela primeira vez depois de se introduzir as pilhas, aparecerá no visor 'SET UP'.
2. Carregando em 'set' (definir), aparecerá 'Date' (data) no visor:
3. O dia piscará, pelo que se deve utilizar as setas para cima ou para baixo para escolher a data. Carregar em 'set' para confirmar e passar ao mês, seguir o mesmo procedimento para o mês, e seguidamente passar para o ano e carregar em 'set'.
4. O visor mostrará 'HOUR' (hora): A hora piscará, pelo que se deve utilizar as setas para cima ou para baixo para escolher a hora. Carregar em 'set' para confirmar e passar aos minutos, seguir o procedimento utilizado para as horas e carregar em 'set'.
5. O monitor de tensão arterial está agora regulado e pronto a utilizar, o visor mostrará '0' '0' '0', e ainda a data, a hora e o número do utilizador.
6. Se necessitar de mudar a data/hora durante a utilização normal, carregar e manter premido 'set' para entrar no 'SET UP' e repetir o procedimento a partir do 1º passo.

Nota: após 30 segundos, o visor voltará ao ecrã de arranque pré-definido, ou seja, '0' '0' '0'

Ajustamento da braçadeira

1. Se a braçadeira ainda não estiver preparada para utilização, enrolar a extremidade que está mais afastada do tubo de modo a fazer uma forma cilíndrica. (Fig.2)
2. Colocar o tubo no lado esquerdo do dispositivo. (Fig.3)
3. Despir a parte superior do braço esquerdo de qualquer roupa que estiver apertada e posicionar a braçadeira aproximadamente a
   2-3 cm acima do cotovelo de modo a que o tubo fique centrado a meio do braço. O tubo tem de estar virado para baixo em direcção à mão. (Fig.)
4. Puxar com cuidado a extremidade da braçadeira de modo a ficar confortável e suavemente apertada à volta do braço. A braçadeira é mantida em posição puxando o fecho de velcro em direcção à braçadeira.
5. Deverá ser possível enfiar dois dedos entre a braçadeira e o braço. A braçadeira não deve ficar mais apertada do que isto. (Fig.5)
6. Descontrair o corpo e apoiar o braço numa mesa com a palma virada para cima de modo a que a braçadeira fique posicionada à mesma altura que o coração. Verificar que o tubo não fica dobrado. (Fig.6)

Se não for possível colocar a braçadeira no braço esquerdo, pode em vez disso ser colocada no braço direito. Contudo, é importante que todas as medições sejam efectuadas no mesmo braço. Se a medição tiver de ser feita no braço direito, o tubo da braçadeira deve ser posicionado acima da artéria principal. Pressionar as artérias do braço com dois dedos aproximadamente 2 cm acima do cotovelo pelo lado de dentro do braço para descobrir qual o ponto em que a pulsação é mais forte. Esta é a artéria principal. (Fig.7)

IMPORTANTE!

A dimensão da braçadeira é de importância crucial para assegurar resultados rigorosos nas medições. A braçadeira tem o tamanho adequado se a seta INDEX ficar colocada entre as duas setas OK conforme ilustrado adiante.

Se a seta ficar de fora desta área, é necessário utilizar outra braçadeira (XL ou XS). (Fig.8)

Importante

- A tensão arterial muda com cada batimento do coração e, consequentemente, muda constantemente 24 horas por dia.
- A medição da tensão arterial pode ser influenciada pela posição e pelo estado do utilizador, ou também por outros factores. Para conseguir o maior grau de rigor, recomenda-se que a medição seja feita 1 hora depois de exercício no ginásio, banho, refeição, consumo de bebidas alcoólicas ou com cafeína, ou depois de fumar.
- Antes da medição, recomenda-se ao utilizador que se sente e se descontraia durante 15 minutos. O utilizador não deverá estar fisicamente cansado ou exausto quando a medição for feita.
- O utilizador não deve falar nem mexer o braço nem a mão durante a medição.

Como medir a tensão arterial

1. Premir ‘set’ para ligar a unidade
2. Seleccionar o utilizador (1-6, ou 0 para convidado) utilizando as setas para cima/para baixo
3. Verificar que a braçadeira está correctamente posicionada no braço, certificando-se de que está sentado confortavelmente com a braçadeira ao mesmo nível do coração.
4. Carregar em ‘set’ para começar a medição da tensão arterial – a braçadeira ficará insuflada e começará a fazer a medição
5. Quando a medição estiver terminada, a braçadeira esvaziar-se-á automaticamente, e o visor passará a mostrar as leituras da tensão ‘diastólica’ e ‘sistólica’, assim como a ‘pulsação’, a luz indicadora LED acender-se-á para dar uma indicação do estado de saúde com base no padrão da OMS (ver tabela da OMS na pág. 3). A medição ficará automaticamente armazenada na memória do dispositivo (só utilizadores 1-6). (Fig.9)
6. O dispositivo desligar-se-á automaticamente após 30 segundos ou quando carregar ‘set’
7. É possível fazer outra medição imediatamente após, caso necessário, bastando para tal voltar ao 1º passo e repetir a sequência.

Mensagens de Erro:

Erro	Foi detectado um Erro durante a medição. Carregar em ‘set’ para parar a medição e começar outra nova. Se o problema persistir, queira por favor contactar o serviço de assistência da HoMedics conforme indicado no folheto da garantia.

Informação que convém saber sobre a medição da tensão arterial

- As medições da tensão arterial devem ser efectuadas num ambiente de sossego e conforto, uma vez que as medições podem ser afectadas por temperaturas elevadas ou baixas. A tensão arterial deve ser medida às temperaturas normais do corpo.
- Não fazer movimentos nem falar durante a medição. Manter os pés bem assentes no chão.
- Não tocar na braçadeira nem no dispositivo de medição de tensão arterial durante a medição.
- Para conseguir a melhor medição possível, a tensão arterial deverá ser medida aproximadamente à mesma hora todos os dias, e no mesmo braço.
- Se for suposto fazer várias medições sucessivas, por favor espere 5 minutos entre cada medição. As medições são meramente indicativas. Se tiver dúvidas sobre a sua tensão arterial, consulte o seu médico.
- O produto não é próprio para pessoas que sofram de arritmia (perturbações do ritmo cardíaco).
- Poderão ocorrer erros de medição se o utilizador sofrer de diabetes, má circulação, problemas renais ou se tiver tido um AVC.

Memória

Este dispositivo de medição de tensão arterial pode ser utilizado por 6 utilizadores. Cada utilizador pode armazenar até 30 medições antes de fazer o download.
Quando a memória do utilizador estiver cheia, o visor indicará FULL e o número do utilizador 1, 2, 3 ... . O LED amarelo acender-se-á.
Por favor siga as instruções completas contidas no manual para fazer o download do software MiBody360.

Busca de erro

Se ocorrerem irregularidades durante a utilização, queira por favor verificar os seguintes aspectos antes de contactar o seu fornecedor:

Sintoma	Possíveis razões	Correcção
O dispositivo não se liga quando é activado o botão parar/iniciar.	É necessário substituir as pilhas.	Mudar para quatro pilhas novas.
Erro – símbolo de erro de medição no visor, ou a medição da tensão arterial é demasiado baixa (ou alta).	A braçadeira não está devidamente colocada.	Coloque novamente a braçadeira para que fique devidamente posicionada.
	Falou ou mexeu-se enquanto fazia a medição?	Recomeçar a medição e manter o braço quieto durante toda a medição.
	O braço abanou enquanto a braçadeira estava colocada.	
	O fluxo de ar é irregular. O tubo não está devidamente colocado no dispositivo.	Verificar a ligação da braçadeira. Recomeçar a medição.

Se o dispositivo ainda não funcionar, por favor contacte a loja onde comprou o dispositivo ou contacte o serviço de assistência HoMedics, cujos contactos estão indicados no folheto de garantia. Não tente abrir o dispositivo nem regular sozinho qualquer das peças interiores.

Especificações

Fonte de alimentação	Pilhas AA
Norma de medição	Oscilométrica
Zona de medição	Tensão: 30-280 mmHg Pulsação: 0-200 batimentos por minuto
Precisão	Tensão: ±3 mmHg Pulsação: Leitura interior ±5%
Sensor de tensão	Semiconductor
Enchimento	Automático – accionado por bomba
Esvaziamento	Automático – válvula de sobrepressão
Capacidade de memória	30 medições por utilizador (180 no total)
Desligar automático	30 segundos após a última utilização
Condições durante a utilização	10˚C - 40˚C Humidade relativa máxima 85%
Condições de armazenamento	-20˚C - 60˚C Humidade relativa máxima 85%
Perímetro da braçadeira	22-32 cm
Limitação de idade	18 anos
Classificação	Tipo BF. O dispositivo e a braçadeira foram concebidos de modo a fornecerem protecção especial contra choque eléctrico

As especificações técnicas podem ser alteradas sem aviso prévio.

Limpeza e manutenção

1. O monitor de tensão arterial, a braçadeira e o estojo podem ser limpos com um pano macio e humedecido com um detergente suave, e secos com um pano macio e seco ou com uma toalha de papel. Nunca utilizar detergentes fortes, cáusticos, pois estes podem danificar as partes sintéticas. Nunca utilizar diluentes, álcool ou querosene para limpar o dispositivo.

A segurança e os dispositivos eléctricos

1. Quando o dispositivo não estiver a ser utilizado deve ficar arrumado no estojo.
2. Utilizar apenas o dispositivo no pulso ou no antebraço, e não noutras partes do corpo.
3. Quando o dispositivo não for utilizado por períodos prolongados, recomenda-se que sejam retiradas as pilhas para evitar qualquer derrame que possa danificar o dispositivo.
4. Se o dispositivo tiver sido armazenado a temperaturas muito baixas próximas do ponto de congelação, por favor deixar o mesmo voltar à temperatura ambiente antes de voltar a ser utilizado.
5. Nem o dispositivo nem a braçadeira podem ser desmontados, uma vez que tal poderá causar danos graves no dispositivo. Se for necessária uma reparação, o dispositivo deve ser devolvido à loja onde foi comprado. Não tente abrir o dispositivo nem regular sozinho as peças interiores.
6. Não mergulhar o dispositivo na água ou noutros líquidos pois isto causará danos no dispositivo.

7. Não expor o dispositivo nem a braçadeira a temperaturas extremas, humidade ou luz solar directa. Proteger o dispositivo da poeira.
8. A braçadeira e o tubo não devem ficar dobrados com pressão excessiva. O dispositivo não deve ser posto em funcionamento se não estiver devidamente colocado no pulso ou no antebraço.
9. Evitar deixar cair o dispositivo e não o sujeitar a pressões fortes.
10. O dispositivo não deve ser exposto a choques extremos, como ser deixado cair no chão.
11. O dispositivo destina-se apenas a uso doméstico e só é próprio para utilização em adultos (a partir dos 18 anos de idade).
12. No caso de se dar a situação improvável de a braçadeira continuar a encher-se sem parar, soltá-la imediatamente do pulso ou do antebraço.
13. O dispositivo deve ser guardado às temperaturas indicadas nas especificações técnicas para garantir medições rigorosas.

Protecção do ambiente e eliminação das pilhas

Respeite o ambiente quando mudar as pilhas. As pilhas usadas não fazem parte do lixo doméstico. Devem ser eliminadas em pontos de recolha autorizados. Certifique-se de que as pilhas não estão demasiado velhas nem gastas, uma vez que há o risco de derramarem ácido. Verifique a data de validade das pilhas. Lembre-se de retirar as pilhas antes de deitar fora o produto.

Esta marcação indica que o produto não deve ser eliminado juntamente com outros resíduos domésticos em toda a UE. Para impedir possíveis danos ambientais ou à saúde humana resultantes de uma eliminação não controlada dos resíduos, este produto deverá ser reciclado de forma responsável de modo a promover a reutilização sustentável dos recursos materiais. Para fazer a devolução do seu dispositivo usado, queira por favor utilizar os sistemas de devolução e recolha ou contactar a loja onde adquiriu o produto. A loja poderá entregar este produto para que seja reciclado de forma segura em termos ambientais.
(Explicação da REEE)

Snelgids

OM DE VOLLEDIGE INSTRUCTIEHANDLEIDING TE DOWNLOADEN EN DE MIBODY 360-TRACKINGSOFTWARE TE INSTALLEREN, GAAT U NAAR:
www.mibody360.com

VOLG DE ONDERSTAANDE INSTRUCTIES OM SNEL AAN DE SLAG TE GAAN MET DE HOMEDICS MIBODY36-BLOEDDRUKMONITOR:

Voor het gebruik

Alvorens de bloeddrukmonitor in gebruik te nemen, moeten eerst enkele algemene punten in overweging worden genomen. Lees deze handleiding aandachtig voordat u de bloeddrukmonitor voor de eerste keer gaat gebruiken en bewaar de handleiding zorgvuldig.
De bloeddrukmonitor is uitsluitend voor gebruik thuis bedoeld. De metingen zijn uitsluitend ter informatie en kunnen onder geen beding een bezoek aan de dokter vervangen. De bloeddrukmetingen moeten altijd beoordeeld worden door een gediplomeerd persoon (een arts, verpleegkundige of soortgelijk), die vertrouwd is met de algemene medische toestand van de gebruiker. Door het apparaat regelmatig te gebruiken en de resultaten vast te leggen, kan deze persoon goed op de hoogte worden gehouden van schommelingen in de bloeddruk van de gebruiker.
De gebruiker mag metingen nooit interpreteren met de bedoeling de door een arts voorgeschreven medicatiedosering te wijzigen. De instructies van de arts dienen TE ALLEN TIJDE gevolgd te worden.
Voor een correcte bloeddrukmeting is het van essentieel belang dat de juiste maat manchet wordt gebruikt. Volg de instructies in deze handleiding en op de manchet, zodat u zeker weet dat u de juiste maat manchet gebruikt.
De bloeddrukmonitor is niet geschikt voor gebruikers die lijden aan aritmie (onregelmatig hartritme) en de metingen kunnen onbetrouwbaar zijn als de gebruiker een beroerte heeft gehad, aan cardiovasculaire ziekten lijdt, een zeer lage bloeddruk heeft, of lijdt aan andere symptomen, zoals ziekten die van invloed zijn op de bloedsomloop (diabetes, nierziekten, arteriële sclerose (afzettingen in de slagaderen), of slechte perifere bloedsomloop (bijv. in de handen en voeten).
Elektromagnetische storingen: het apparaat bevat gevoelige elektronische componenten. Houd het uit de buurt van sterke elektrische of elektromagnetische velden (zoals mobiele telefoons, magnetrons), aangezien deze de nauwkeurigheid van de meting tijdelijk kunnen verminderen.
Gebruik de bloeddrukmonitor alleen voor zijn oorspronkelijke gebruiksdoel.
Het apparaat is bedoeld voor het meten van de bloeddruk en pols van volwassenen. Gebruik de monitor niet met kinderen of personen die geen toestemming voor het gebruik kunnen geven. Het apparaat mag nooit door kinderen worden bediend.
De bloeddrukmonitor werkt volgens het oscillometrische meetprincipe. Deze wijzigingen in de bloeddruk worden in de manchet gemeten op basis van de pols in de arm en worden omgerekend tot een numerieke waarden van de huidige bloeddruk. Tegelijkertijd wordt het aantal polsslagen geregistreerd en berekend als het aantal polsslagen per minuut.
Er zijn twee bloeddrukken te onderscheiden. Beide worden uitgedrukt in mmHg (millimeter op de kwikkolom): de systolische en de diastolische druk. De systolische druk (de hoge bloeddruk) geeft de druk aan wanneer de spierwanden van de hartkamers samentrekken om bloed door het lichaam te stuwen, en de diastolische druk (de lage bloeddruk) geeft de druk aan wanneer het hart ontspannen is en met bloed gevuld wordt voorafgaand aan de volgende spiersamentrekking. Het verband tussen de waarden (mmHg) wordt uitgedrukt als bijvoorbeeld 130 over 85, wat betekent dat de systolische druk 130 en de diastolische druk 85 is.

Waarom is het belangrijk uw bloeddruk in de gaten te houden?

Vele moderne ziekten houden verband met hypertensie, ook wel 'hoge bloeddruk' genoemd. Hypertensie houdt nauw verband met cardiovasculaire ziekten en voor mensen in de gevarenzone biedt de bloeddruk een belangrijk hulpmiddel om de conditie in de gaten te houden.

Standaard voor bloeddruk

De standaard die de WGO voor bloeddruk hanteert, definieert het bereik van hoge en lage bloeddruk. Deze standaard is slechts een richtlijn, aangezien individuele bloeddruk van persoon tot persoon, van leeftijdsgroep tot leeftijdsgroep, enz., kan variëren.

LED-indicator	Classificatie van Wereld Gezondheids Organisatie (WGO)	Systolische druk (mmHg)	Diastolische druk (mmHg)
GROEN	Optimaal	<120	<80
	Normaal	120-129	80-84
	Hoog Normaal	130-139	85-89
ORANJE	Hypertensie type 1	140-159	90-99
ROOD	Hypertensie type 2	160-179	100-109
	Hypertensie type 3	≥180	≥110

Gebruik van de bloeddrukmonitor

De MiBody 360-bloeddrukmonitor is uitgerust met Smart-technologie. De manchet wordt met een druk op een enkele knop automatisch opgeblazen om de bloeddrukstroming door de slagader te blokkeren.

Daarna begint de lucht langzaam uit de manchet te lopen. De Smart-technologie zorgt ervoor dat het automatisch opblazen en leeglopen nauwkeurig wordt aangepast aan de persoon die het apparaat gebruikt. Houd er rekening mee dat bewegingen tijdens het opblazen of leeglopen fouten in de aflezing kunnen opleveren. Wanneer de meting is voltooid, toont het display de systolische druk, de diastolische druk en de hartfrequentie.

De MiBody 360-bloeddrukmonitor is goedgekeurd voor het bieden van klinisch correcte resultaten. Het apparaat is goedgekeurd volgens en in overeenstemming met de vereisten van de richtlijn inzake medische apparatuur, de Europese norm EN-1060-3 en/of 1060-4, evenals de richtlijnen ten aanzien van accreditatie door de British Hypertension Society (BHS).

Omschrijving van de onderdelen (zie afbeelding 1 pagina 2).

1. LCD-scherm
2. LED-indicator
3. 2 knoppen voor het selecteren van gebruiker
4. Luchtslang en aansluiting
5. Manchet
6. Aan/UIT-knop + SET

Batterijen plaatsen en vervangen

1. Druk lichtjes op de hendel van het deksel, til het op en haal het van het apparaat af. Plaats batterijen in de batterijhouder, of vervang de batterijen die er al in zitten. Zorg ervoor dat de batterijen goed worden geplaatst. Zet het deksel weer op zijn plaats.
2. De batterijen moeten worden opgeladen wanneer de waarschuwng 'batt lo' op het display wordt weergegeven.

Aangezien de meegeleverde batterijen alleen voor het testen zijn bedoeld, kunnen die eerder leeg zijn dan in de handel verkrijgbare batterijen. Vervang de batterijen altijd in paren. Verwijder de batterijen als het apparaat langere tijd niet gebruikt zal worden.

Gebruik van de bloeddrukmonitor

Eerste gebruik en datum/tijd instellen:

1. De eerste keer dat u dit product gebruikt nadat de batterijen zijn geplaatst, wordt 'SET UP' weergegeven.
2. Druk op 'set'. Op het display wordt 'dAtE' weergegeven.
3. De dag knippert. Gebruik de pijl Op of Neer om de datum te selecteren, druk op 'set' om te bevestigen en ga door naar de maand. Volg de procedure voor het instellen van de maand, selecteer het jaar en druk op 'set'.
4. Op het display wordt 'hour' weergegeven. De uuraanduiding knippert. Gebruik de pijl Op of Neer om het uur te selecteren, druk op 'set' om te bevestigen en ga door naar de minuten. Volg dezelfde procedure als voor het instellen van het uur en druk op 'set'.
5. De bloeddrukmonitor is nu ingesteld en klaar voor gebruik. Op het display wordt nu '0' '0' '0' plus datum, tijd en gebruikersnummer weergegeven.
6. Als u de datum/tijd tijdens normaal gebruik wilt wijzigen, houdt u 'set' ingedrukt om het menu 'SET UP' te openen en herhaalt u de procedure vanaf stap 1.

Let op! Na 30 seconden schakelt het display weer over naar de standaardweergave '0' '0' '0'.

De manchet aanbrengen

1. Als de manchet de eerste keer dat u hem gebruikt nog niet in elkaar gezet is, moet u het uiteinde dat zich het verste van de luchtslang bevindt door de D-ring halen om een lus te vormen. (Fig.2)
2. Sluit de luchtslang op de linkerkant van het apparaat aan. (Fig.3)
3. Verwijder strak zittende kleding van uw linkerbovenarm en plaats de manchet ongeveer 2-3 cm boven de elleboog, zodat de luchtslang in het midden van de arm zit. De slang moet naar beneden, naar de hand toe zijn gericht. (Fig.4)
4. Trek voorzichtig aan het uiteinde van de manchet, zodat deze zich soepel en glad rondom de arm spant. De manchet wordt met de klittenband vastgezet.
5. U moet twee vingers tussen de manchet en uw arm kunnen steken. De manchet mag niet strakker zitten. (Fig.5)
6. Ontspan uw lichaam en rust uw arm met de handpalm naar boven op een tafel, zodat de manchet zich op dezelfde hoogte als het hart bevindt. Let erop dat de luchtslang niet gebogen is. (Fig.6)

Als de manchet niet op de linkerarm kan worden aangebracht, kan hij in plaats daarvan op de rechterarm worden aangebracht. Het is echter belangrijk dat de bloeddruk altijd op dezelfde arm wordt gemeten. Als de bloeddruk op de rechterarm moet worden gemeten, moet het buisje op de manchet boven de hoofdslagader zitten. Druk met twee vingers ongeveer twee centimeter boven de elleboog aan de binnenkant van de arm op de armslagader om te zien waar de pols het sterkste is. Dit is de hoofdslagader. (Fig.7)
BELANGRIJK!
Voor nauwkeurige meetresultaten is het van essentieel belang dat u de juiste manchetmaat gebruikt. U gebruikt de juiste manchetmaat als de pijl INDEX tussen de twee pijlen OK staat, zoals hieronder afgebeeld.
Als de pijl buiten dit gebied staat, moet een andere manchet (XL of XS) worden gebruikt. (Fig.8)

Belangrijk

- De bloeddruk verandert met elke hartslag en verandert daarom constant, 24 uur per dag.
- De bloeddrukmeting kan worden beïnvloed door de positie of toestand van de gebruiker, en door andere factoren. Ten behoeve van een zo nauwkeurig mogelijke meting wordt u aangeraden de bloeddruk te meten één uur nadat u aan lichamelijke oefening hebt gedaan, hebt gebaad, een maaltijd of alcohol- of cafeïnehoudende dranken hebt genuttigd, of hebt gerookt.
- Het wordt aanbevolen om voordat u de bloeddruk gaat meten15 minuten lang stil te zitten en u te ontspannen. De gebruiker mag niet lichamelijk vermoeid of uitgeput zijn wanneer de meting wordt uitgevoerd.
- De gebruiker mag tijdens het meten niet praten of de arm of hand bewegen.

De bloeddruk meten

1. Druk op ‘set’ om de eenheid in te schakelen.
2. Selecteer de gebruiker (1-6 of 0 voor gast) met de pijl Op of Neer.
3. Zorg dat de manchet goed om de arm zit en dat u in een comfortabele positie zit, met de manchet even hoog als uw hart.
4. Druk op ‘set’ om de bloeddruk te meten; de manchet wordt opgeblazen en het meten begint.
5. Wanneer de bloeddruk is gemeten, zal de manchet automatisch leeglopen en geeft het display de 'diastolische' en 'systolische' bloeddruk weer, evenals uw polsslag. De LED-indicator licht op om een gezondheidsstatus aan te geven op basis van de standaard van de Wereld Gezondheids Organisatie (zie WGO-tabel op pagina 3).) De meting wordt op hetzelfde moment ook opgeslagen in het geheugen van het apparaat (alleen voor gebruiker 1-6). (Afb.9)
6. Het apparaat wordt na 30 seconden automatisch uitgeschakeld, of wanneer u op ‘set’ drukt.
7. Indien nodig, kunt u direct een andere meting nemen door de procedure gewoon vanaf stap 1 te herhalen.

Foutmeldingen:

Erro	Tijdens het meten werd een fout waargenomen. Druk op ‘set’ om te stoppen en begin de meting opnieuw. Houdt het probleem aan, neem dan contact op met de klantendienst van HoMedics; zie de garantiefolder voor contactgegevens.

Wetenswaardigheden over het meten van de bloeddruk

- De bloeddruk moet altijd worden gemeten in een rustige, comfortabele omgeving; metingen kunnen invloed ondervinden van hoge of lage temperaturen. De bloeddruk moet bij normale lichaamstemperatuur worden gemeten.
- U mag tijdens het meten niet bewegen of spreken. Houd uw voeten plat op de vloer.
- Raak de manchet of bloeddrukmonitor tijdens het meten niet aan.
- Voor de best mogelijke meting moet de bloeddruk elke dag om ongeveer dezelfde tijd en op dezelfde arm worden gemeten.
- Als u meerdere metingen achter elkaar wilt uitvoeren, moet u tussen elke meting vijf minuten wachten
- De metingen dienen alleen als richtlijn. Bij twijfels over uw bloeddruk dient u altijd uw arts te raadplegen.
- Het product is niet geschikt voor mensen die lijden aan aritmie (onregelmatig hartritme).
- Er kunnen meetfouten optreden als de gebruiker lijdt aan diabetes, slechte bloedsomloop, nierproblemen, of een beroerte heeft gehad.

Geheugen

De bloeddrukmonitor kan door zes gebruikers worden gebruikt. Elke gebruiker kan maximaal 30 metingen opslaan, waarna deze gedownload moeten worden.
Wanneer het geheugen vol is, wordt 'FULL' op het display weergegeven gevolgd door gebruikersnummer 1, 2, 3 enz. De oranje LED brandt.
Download de MiBody 360-software volgens de instructies in de uitgebreide handleiding.

Problemen oplossen

Controleer bij onregelmatigheden de onderstaande punten voordat u contact met uw leverancier opneemt.

Symptoom	Mogelijke redenen	Hoe te corrigeren
Het apparaat wordt niet ingeschakeld wanneer de Start/Stop-toets wordt ingedrukt.	De batterijen moeten worden vervangen.	Plaats vier nieuwe batterijen.
Het symbool Erro (fout tijdens meten) wordt op het display weergegeven, of de bloeddrukmeting is veel te laag (of hoog).	De manchet is niet goed aangebracht.	Breng de manchet opnieuw aan en pas hem goed om de arm.
	Hebt u tijdens het meten gesproken of bewogen?	Voer de meting opnieuw uit en houd uw arm tijdens de gehele meting goed stil.
	Trillen van de arm met de manchet om.	
	De luchtstroming is onregelmatig. De slang is niet goed op het apparaat aangesloten.	Controleer de aansluiting van de manchet.Voer de meting opnieuw uit.

Als het apparaat nog steeds niet werkt, neem dan contact op met de winkel waar u het gekocht hebt of met de klantendienst van HoMedics (zie de garantiefolder voor contactgegevens).
Probeer niet om het apparaat zelf te openen en de onderdelen binnen in het apparaat te repareren.

Specificaties

Voedingsbron	4 AA batterijen
Meetmethode	Oscillometrisch
Meetbereik	Druk: 30-280 mmHg Pols: 40-200 slagen per minuut
Nauwkeurigheid	Druk: ±3 mmHg Pols: Aflezing binnen ±5%
Druksensor	Halfgeleider
Opblazen	Automatisch, door pomp aangedreven
Leeglopen	Automatisch, overdrukklep
Geheugencapaciteit	30 metingen per gebruiker (180 in totaal)
Autom. uit	30 seconden na laatste gebruik
Gebruiksomstandigheden	10˚C - 40˚C Max. 85% relatieve vochtigheid
Opslagomstandigheden	-20˚C - 60˚C Max. 85% relatieve vochtigheid
Omtrek manchet	22-32 cm
Geschikt voor leeftijd vanaf	18 jaar
Classificatie	BF-type. Apparaat en manchet bieden extra bescherming tegen elektrische schok.

Specificaties kunnen zonder vooraankondiging gewijzigd worden.

Reinigen en onderhoud

1. De bloeddrukmonitor, manchet en opbergdoos kunnen worden gereinigd met een zachte doek die met een mild reinigingsmiddel is bevochtigd en met een zachte, droge doek of papieren handdoek worden afgedroogd. Gebruik nooit krachtige, bijtende reinigingsmiddelen, daar die de synthetische onderdelen kunnen beschadigen. Gebruik ook nooit verdunners, alcohol of kerosine om het apparaat te reinigen.

Veiligheid en elektrische apparaten

1. Wanneer het apparaat niet wordt gebruikt, dient u het in zijn doos te bewaren.
2. Het apparaat alleen op de pols of bovenarm gebruiken. Het mag nooit op andere lichaamsdelen gebruikt worden.
3. Als het apparaat langere tijd niet gebruikt zal worden, is het raadzaam om de batterijen te verwijderen. Dit om te voorkomen dat het apparaat door lekkende batterijen wordt beschadigd.
4. Als het apparaat bij zeer lage temperaturen van rond het vriespunt is opgeslagen, dient u het op kamertemperatuur te laten komen alvorens het weer in gebruik te nemen.
5. Het apparaat en de manchet nooit uit elkaar halen; dit zou het apparaat ernstig kunnen

beschadigen. Wanneer reparaties nodig zijn, moet het apparaat worden geretourneerd naar de winkel waar het was gekocht. Nooit proberen om het apparaat zelf te openen en onderdelen binnen in het apparaat te repareren.

6. Het apparaat nooit in water of een andere vloeistof dompelen, daar dit het apparaat zal beschadigen.
7. Het apparaat en de manchet nooit blootstellen aan extreme temperaturen, vocht of direct zonlicht. Het apparaat tegen stof beschermen.
8. De manchet en luchtslang mogen nooit strak worden opgevouwen. Het apparaat nooit activeren als het niet goed om de pols of bovenarm is aangebracht.
9. Het apparaat niet laten valleen en niet aan grote druk blootstellen.
10. Het apparaat nooit aan zware schokken bloostellen, bijvoorbeeld door het op de grond te laten vallen.
11. Dit apparaat is uitsluitend bedoeld voor gebruik in particuliere huishoudens en alleen geschikt voor gebruik door volwassenen (ouder dan 18 jaar).
12. In het onwaarschijnlijke geval dat de manchet zich blijft opblazen en niet leegloopt, de manchet onmiddellijk van de pols of bovenarm verwijderen.
13. Om zeker te zijn van nauwkeurige metingen, dient het apparaat te worden opgeslagen bij de op de specificatie aangegeven temperaturen.

Bescherming van het milieu en wegwerpen van batterijen

Respecteer het milieu wanneer u batterijen gaat vervangen. Lege batterijen zijn geen normaal huisvuil. Ze moeten bij een erkend inzamelpunt worden ingeleverd. Zorg dat batterijen niet te oud worden of te ver verslijten, daar dit een risico van zuurlekkage kan veroorzaken. Controleer de uiterste houdbaarheidsdatum van de batterijen. Vergeet niet om de batterijen uit het product te verwijderen voordat u het weggooit.

Deze markering geeft aan dat dit product binnen de EU niet met ander huisvuil mag worden weggeworpen. Om eventuele schade aan het milieu of de menselijke gezondheid door het ongecontroleerd wegwerpen van afval te voorkomen, dient dit apparaat op verantwoorde wijze gerecycled te worden om duurzaam hergebruik van materiaalbronnen te bevorderen. Wilt u het gebruikte apparaat retourneren, gebruik dan de retour- en ophaalsystemen of neem contact op met de winkelier waar het product gekocht is. Deze zal het product voor milieuveilige recycling accepteren. (uitleg over AEEA)

Hızlı Başlangıç Kılavuzu

TAM KULLANIM KILAVUZUNU İNDİRMEK VE MIBODY 360 İZLEME YAZILIMINI YÜKLEMEK İÇİN LÜTFEN AŞAĞIDAKİ WEB SİTESİNİ ZİYARET EDİN:
www.mibody360.com

HOMEDICS MIBODY360 KAN BASINCI MONİTÖRÜNÜZÜ KULLANMAYA BAŞLAMAK İÇİN BASİT OLARAK DOĞRUDAN DOĞRUYA AŞAĞIDAKİ HIZLI BAŞLANGIÇ KILAVUZUNU TAKİP EDİN:

Kullanmadan önce

Kan basıncı monitörü kullanıma alınmadan önce aşağıdaki bir seri temel adıma dikkat edilmelidir.
Kan basıncı monitörünün ilk kullanımından önce, bu kılavuzu baştan sona okuyun ve ilerdeki kullanımınız için kılavuzu saklayın.
Kan basıncı monitörü yalnızca evsel kullanım için tasarlanmıştır. Her türlü ölçüm yalnızca bilgi içindir ve hiçbir şekilde bir doktor vizitesinin yerini alamaz. Kan basıncı ölçümleri her zaman kullanıcının genel tıbbi durumuna aşina olan kalifiye bir kimse (bir doktor, hemşire veya benzeri) tarafından değerlendirilmelidir. Düzenli kullanımla ve sonuçların kaydını tutmakla, bu kişi kullanıcının kan basıncındaki gelişmeler hakkında iyi bilgilendirilmiş olarak tutulabilir. Ölçümler kullanıcı tarafından asla bir doktor tarafından öngörülmüş olan ilaç kullanımı düzeyini değiştirmek amacıyla yorumlanmamalıdır, ancak DAİMA doktorun talimatları takip edilmelidir.
Doğru ölçüm için uygun manşon boyutu kullanmak çok önemlidir. Uygun manşon boyutu kullanıldığından emin olmak için bu kılavuzda verilen ve manşonun üzerinde yazılı olan talimatları takip edin.
Kan basıncı monitörü, aritmi (kalp ritim bozukluğu) olan kullanıcılar için uygun değildir ve kullanıcı çarpıntıdan sıkıntı çekiyorsa, kardiyovasküler hastalıklardan şikayetçiyse, çok düşük kan basıncı varsa veya dolaşım bozukluğu hastalıkları varsa (diyabetler, böbrek hastalıkları, arteriyel skleroz (doku sertleşmesi (atar damarlarda birikimler)) veya bozuk periferal kan dolaşımı (örneğin eller ve ayaklar) sorunu varsa uygun değildir.
Elektromanyetik rahatsızlıklar: Cihaz hassas elektronik komponentler içermektedir. Yakın çevresinde güçlü elektrik veya elektromanyetik alanlardan uzak tutun (örneğin mobil telefonlar, mikrodalga fırınlar) çünkü bunlar ölçüm doğruluğunu geçici olarak azaltabilir.
Kan basıncı monitörünü yalnızca orijinal amacı için kullanın.
Cihaz yetişkin kimselerde kan basıncı ve nabız ölçümü için amaçlanmıştır. Monitörü ne bebeklerde ne de izin verdiğini ifade edemeyen kimselerde kullanmayın. Cihaz çocuklar tarafından kullanılmamalıdır.
Kan basıncı monitörü osilometrik ölçüm prensibine göre işlev göstermektedir.
Kan basıncı değişiklikleri, koldaki nabız temel alınarak manşonda ölçülür ve geçerli sayısal kan basıncı değerine dönüştürülür.
Eş zamanlı olarak, nabız atışları kaydedilir ve dakikada nabız sayısı olarak hesaplanır.
Görülebilir iki çeşit kan basıncı vardır. Her ikisi de mmHg (cıva sütununda milimetre) olarak ifade edilir. Sistolik ve diyastolik. Sistolik ('yüksek kan basıncı') kalp odacıklarının vücudunuza kan pompalamak için kasıldığı zamanki basıncı ifade eder ve diyastolik ('düşük kan basıncı') kalbin rahat olduğu ve bir sonraki kasılma öncesinde kanla dolduğu zamanki basıncı ifade eder. Değerler (mmHg) arasındaki bağlantı örneğin sistolik basıncın 130 ve diyastolik basıncın 85 olduğu anlamına gelecek şekilde 130'a 85 olarak ifade edilir.

Kan basıncınızı gözlem altında tutmak neden önemlidir?

Günümüzün çoğu en yaygın hastalıkları ‘yüksek kan basıncı’ olarak da atıfta bulunulan hipertansiyon ile bağlantılıdır.Hipertansiyon, kardiyovasküler hastalıklarla çok yakından ilişkilidir ve tehlike bölgesinde bulunan kimseler için gelişmeyi gözetim altından tutmak üzere kan basıncı önemli bir araç sağlar.

Kan basıncı için standart

Dünya Sağlık Örgütü kan basıncı standardı yüksek kan basıncı ve düşük kan basıncı alanlarını tanımlar. Bireysel kan basıncı düzeyleri kişiden kişiye, yaş grupları arasında vb. farklılıklar gösterebileceğinden dolayı standart yalnızca bir kılavuz sağlamak amacını taşır.

LED ışık	Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organisation(WHO)) sınıflandırması	Sistolik basınç (mmHg)	Diyastolik basınç (mmHg)
YEŞİL	En uygun	<120	<80
	Normal	120-129	80-84
	Yüksek Normal	130-139	85-89
AMBER	Hipertansiyon derece 1	140-159	90-99
KIRMIZI	Hipertansiyon derece 2	160-179	100-109
	Hipertansiyon derece 3	≥180	≥110

Kan basıncı monitörünün kullanılması

Bu MiBody 360 kan basıncı monitörü akıllı teknolojiyle donatılmıştır.Tek bir düğmeye basmakla, atar damardan akan kanı bloke etmek üzere manşon otomatik olarak şişirilecektir. Bunun akabinde havayı boşaltma işlemi başlar. Akıllı teknoloji her bireye tam olarak uyacak şekilde ayarlayarak otomatik şişirmeye ve indirmeye olanak sağlar.

Lütfen şişirme ve indirme sırasında herhangi bir hareketin ölçüm hatalarına neden olacağından haberdar olunuz. Ölçüm tamamlandığında, ekran sistolik kan basıncını, diyastolik kan basıncını ve kalp atış hızını gösterecektir. MiBody 360 kan basıncı monitörü klinik olarak doğru sonuçlar sağlamak için onaylıdır. Cihaz, Avrupa Tıbbi Direktifi (MDD (Medical Device Directive)) Standart EN 1060-3 ve/veya 1060-4 bunun yanı sıra İngiliz Hipertansiyon Topluluğu (British Hypertension Society (BHS)) akreditasyon gereklerine göredir ve bunlar tarafından onaylıdır.

Parçaların tanımı (Sayfa 2 Şekil 1’e bakın)

1. LCD ekran
2. LED gösterge ampulü
3. Kullanıcı seçimli düğmeler x 2
4. Hava hortumu ve konektör
5. Kol manşonu
6. AÇMA/KAPAMA (ON/OFF) düğmesi + AYAR (SET)

Pillerin takılması ve değiştirilmesi

1. Kapağın koluna kaldırarak basın ve çıkartın. Pil yuvasındaki pilleri takın veya değiştirin. Pillerin doğru yerleştirildiğinden emin olun. Kapak yerine yerleştirilir.
2. Piller ekranda pil zayıf (‘batt lo’) göründüğünde değiştirilmelidir.

Tedarik edilmiş olan piller yalnızca test amaçlı olduğundan dolayı, mağazalardan aldığınız pillerden daha erken boşalabilir. Pilleri çift olarak değiştirin. Cihaz uzun süre kullanılmayacağı zaman pilleri çıkartın.

Kan basıncı cihazının kullanılması

İlk kez kullanım ve tarih/saat ayarı:

1. Pilleri taktıktan sonra ilk kullanımda ekranda ‘KURULUM’ (‘SET UP’) görüntülenecektir.
2. ‘Ayar’ (‘set’) üzerine basınca ekranda ‘Tarih ve Saat Gir’ (‘dAtE’) görüntülenecektir.
3. Gün yanıp sönecektir, tarihi seçmek için aşağı veya yukarı okları kullanın, onaylamak için ‘ayar’ (‘set’) seçin ve aya geçin, ay için prosedürü takip edin ve seçmek üzere yıla geçin ve ‘ayar’ (‘set’) üzerine basın.
4. Ekranda ‘saat’ (‘hour’) gösterilecektir: Saat yanıp sönecektir, saati seçmek için aşağı veya yukarı okları kullanın, onaylamak için ‘ayar’ı (‘set’) seçin ve dakikaya geçin, saat için prosedürü takip edin ve ‘ayar’ (‘set’) üzerine basın.
5. Kan basıncı monitörü kurulumu artık tamamlanmıştır ve kullanıma hazırdır, ekran ‘0’ ‘0’ ‘0’ artı tarih, saat ve kullanıcı numarasını gösterecektir.
6. Normal kullanım sırasında tarih/saat değiştirmeniz gerekirse, ‘KURULUM’a (‘SET UP’) girmek için ‘ayar’ (‘set’) üzerine basın ve basılı tutun ve 1. Adımdan itibaren prosedürü tekrarlayın.

Not: Ekran 30 saniye sonra varsayılan ‘0’ ‘0’ ‘0’ başlangıç ekranına geri dönecektir.

Manşonun takılması

1. Manşon ilk kullanımda monte edilmezse, manşonun hortumdan en uzaktaki ucunu bir ilmik oluşturacak şekilde D-halkadan geçirerek yerleştirin. (Şekil 2)
2. Hortumu cihazın sol tarafına takın. (Şekil 3)
3. Sıkı takılan bezi sol kolunuzun üstüne çıkartın ve manşonu hortum kolun merkezine gelecek şekilde dirseğin yaklaşık olarak 2-3 cm üstüne yerleştirin.
   Hortum aşağıya ele doğru bakmalıdır. (Şekil 4)
4. Manşonu ucunu kolun etrafına düzgün olarak kolayca ve sıkıca sarılacağı bir şekilde çekin. Manşon, bağlayıcı kuşak (velkro, cırt cırt bant) manşona doğru çekilmek sureti ile sağlamlaştırılır.
5. Kolunuzla manşon arasına iki parmağınızı sokabilmelisiniz. Manşon bundan daha sıkı takılmamalıdır. (Şekil 5)
6. Vücudunuzu gevşek bırakın ve manşonun kalple aynı yüksekliğe geleceği şekilde avucunuz yukarı bakacak şekilde bir kolunuzu bir masanın üzerine bırakın. Hortumun kıvrılmadığından emin olun. (Şekil 6)

Manşonu sol kola takmak mümkün değilse, bunun yerine sağ kola takılabilir. Bununla beraber, tüm ölçümlerin aynı kolda yapılması önemlidir. Ölçüm sağ kolda yapılacaksa, manşondaki hortum girişi ana atar damarın üzerine yerleştirilmelidir. Atışın nerede en güçlü olduğunu bulmak için kolun iç tarafında dirseğin yaklaşık 2 cm üzerinde kolun atar damarlarına iki parmakla bastırın.
Bu ana atar damardır. (Şekil 7)
ÖNEMLİ!
Manşon boyutu, doğru ölçüm sonuçları temin etmekte etkilidir. İNDEKS oku aşağıda gösterildiği şekilde iki OK oku arasındaysa manşon boyutu uygundur.
Ok bu alanın dışına düşerse, başka bir manşon (XL veya XS) kullanılmalıdır. (Şekil 8)

Önemli

- Kan basıncı her kalp atışında değişir ve bundan dolayı günde 24 saat olarak değişmektedir.
- Kan basıncı ölçümü kullanıcının konumundan, durumundan veya diğer faktörlerden etkilenebilir. En yüksek derecede doğruluk elde etmek için, ölçümün antrenmandan, banyo yaptıktan, alkollü veya kafeinli içecekler tükettikten veya sigara içtikten 1 saat sonra alınması önerilir.
- Ölçümün alınmasından önce 15 dakika süreyle oturmanız ve gevşemeniz önerilir. Ölçüm alındığında, kullanıcı yorgun veya bitkin olmamalıdır.
- Ölçüm esnasında, kullanıcı konuşmamalıdır ya da elini veya kolunu hareket ettirmemelidir.

Kan basıncı ölçümü

1. Cihazı açmak için 'ayar' ('set') üzerine basın.
2. Yukarı/aşağı okları kullanarak kullanıcı seçin (1-6 veya misafir için 0)
3. Manşon kalbinizle aynı hizada olacak şekilde oturduğunuzdan emin olarak manşonun kolunuzda doğru şekilde konumlandırılmasını sağlayın.
4. Kan basıncı ölçümünü başlatmak için 'ayar' ('set') üzerine basın – manşon şişecektir ve ölçüm başlayacaktır.
5. Ölçüm tamamlandığında, manşon otomatik olarak havasını boşaltacaktır ve ekran sistolik kan basıncını, diyastolik kan basıncını ve bunun yanı sıra nabzı gösterecektir, LED gösterge ampulü WHO standardına (sayfa 3 WHO tablosuna bakın) göre bir sağlık durumu göstergesi verecektir. Ölçüm eş zamanlı olarak cihazın belleğinde saklanacaktır (yalnızca kullanıcılar 1-6). (Şekil 9)
6. Cihaz 'ayar' ('set') üzerine basıldığında veya 30 saniye sonra otomatik olarak kapanacaktır.
7. Gerekliyse, ardından doğrudan doğruya başka bir ölçüm alınabilir, basit olarak 1. Adıma dönün ve tüm adımları tekrarlayın.

Hata Mesajları:

Erro	Ölçüm esnasında bir Hata saptandı. 'Ayar' ('set') üzerine basın ve ölçüme tekrar başlayın. Sorun devam ederse, garanti belgesinde belirtilen HoMedics müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.

Kan basıncı ölçümü hakkında faydalı bilgiler

- Ölçümler yüksek veya düşük sıcaklıklardan etkilenebileceğinden kan basıncı ölçümleri rahat ve sakin ortamlarda yapılmalıdır.
  Kan basıncı normal vücut sıcaklıklarında ölçülmelidir.
- Ölçüm sırasında hareket etmeyin veya konuşmayın. Ayaklarınızı yerde düz bir şekilde tutun.
- Ölçüm sırasında manşona ya da kan basıncı cihazına dokunmayın.
- Mümkün olan en iyi ölçümü elde etmek için, kan basıncı her gün aynı zamanda ve aynı kolda ölçülmelidir.
- Ardı ardına çok sayıda ölçüm alacaksanız, lütfen her ölçüm arasında 5 dakika bekleyin.
  Ölçümler yalnızca yol gösterme amaçlıdır. Kan basıncınız hakkında tereddüde düşecek olursanız, doktorunuza danışın.
- Ürün, aritmi (kalp ritim bozukluğu) olan kimseler için uygun değildir.
- Kullanıcı diyabetten sıkıntı çekiyorsa, zayıf kan basıncı varsa veya böbrek sorunları varsa veya çarpıntıdan sıkıntı çekiyorsa ölçüm hataları görülebilir.

Bellek

Bu kan basıncı cihazı 6 kullanıcı tarafından kullanılabilir. Her kullanıcı yükleme öncesinde 30 ölçüme kadar depolama yapabilir.
Kullanıcı belleği dolduğunda, ekran DOLU (FULL) ve 1, 2, 3 ... şeklinde kullanıcı numarasını gösterecektir. . Amber LED yanacaktır.
Lütfen, MiBody 360 yazılımını yüklemek için tam kullanım kılavuzunu takip edin.

Hata arama

Kullanım sırasında, düzensizlikler olursa, tedarikçiniz ile iletişime geçmeden önce lütfen aşağıdaki öğeleri kontrol edin.

Semptom	Olası sebep	Düzeltme
Cihaz durdur/başlat (stop/start) düğmesi etkinleştirildiğinde, açılmıyor.	Pillerin değiştirilmesi gereklidir.	Pilleri dört adet yeni pille değiştirin
Ekranda Hata (Erro) ölçüm hatası sembolü veya kan basıncı ölçümü aşırı derecede düşük (veya yüksek).	Manşon yanlış bir şekilde takılmış.	Manşonu doğru bir şekilde konumlandırılmış olarak yeniden takın.
	Ölçüm sırasında konuştunuz mu ya da hareket ettiniz mi?	Ölçümü yeniden başlatın ve baştan sona tüm ölçüm boyunca kolu sabit tutun.
	Manşonu takılıyken kolun sallanması.	
	Hava akışı düzensiz. Hortum cihaza düzgün şekilde takılmamış.	Manşon bağlantısını kontrol edin. Ölçümü yeniden başlatın.

Cihaz hala işlevini yerine getirmiyorsa, lütfen cihazın satın alındığı mağazayla iletişime geçin veya ayrıntıları garanti belgesinde bulunan HoMedics müşteri hizmetleriyle iletişime geçin.
Kendi kendinize cihazı açmaya ya da içindeki parçalardan herhangi birisini ayarlamaya kalkışmayın.

Spesifikasyonlar

Güç kaynağı	AA piller
Ölçüm standardı	Osilometrik
Ölçüm bölgesi	Basınç: 30-280 mmHg Nabız: Dakikada 0-200 atış
Hassasiyet	Basınç: 30-280 mmHg Nabız: Dakikada 0-200 atış
Basınç sensörü	Yarı iletken
Şişme	Otomatik – pompa-sürücülü
Havasını boşaltma	Otomatik – aşırı basınç supabı
Bellek kapasitesi	Kullanıcı başına 30 (toplam 180)
Otomatik kapanma	Son kullanımdan sonra 30 saniye
Kullanım sırasındaki şartlar	10˚C - 0˚C Bağıl nem maks. %85
Saklama şartları	-20˚C - 60˚C Bağıl nem maks. %85
Manşon çevresi	22-32 cm
Yaş sınırı	18 yaş
Sınıflandırma	BF tipi. Cihaz ve manşon elektrik çarpmasına karşı özel koruma sağlayacak şekilde tasarlanmıştır.

Spesifikasyonlar uyarıda bulunmaksızın değiştirilebilir.

Temizlik ve bakım

1. Kan basıncı monitörü, manşon ve saklama kutusu yumuşak bir deterjanla nemlendirilmiş yumuşak bir bezle temizlenebilir ve yumuşak, kuru bezle veya kağıt havluyla silinebilir. Sentetik kısımlara zarar vereceklerinden dolayı, asla kuvvetli ve kostik deterjanlar kullanmayın. Ayrıca, cihazı temizlemek için asla incelticiler, alkol veya kerosen kullanmayın.

Güvenlik ve elektrikli cihazlar

1. Cihaz kullanılmadığında, onu kutusunda saklayın.
2. Cihazı sadece bilekte veya kolun üst kısmında kullanın, vücudun diğer kısımlarında kullanmayın.
3. Cihaz uzun süreler kullanılmadığında, cihaza zarar verebilecek sızıntıyı engellemek için pilleri çıkartmanız önerilir.
4. Cihaz donma noktasına yakın çok düşük sıcaklıklarda saklanmışsa, onu tekrar kullanmadan önce lütfen oda sıcaklığına gelmesini bekleyin.
5. Cihaza ciddi zarar verebileceğinden dolayı ne cihaz ne de manşon sökülerek parçalarına ayrılmamalıdır. Onarım gerekliyse, cihaz satın alındığı mağazaya geri götürülmelidir. Kendi kendinize cihazı açmaya ya da içindeki parçaları ayarlamaya kalkışmayın.

6. Cihaza zarar verebileceğinden dolayı cihazı suya veya diğer sıvılara daldırmayın.
7. Ne cihazı ne de manşonu aşırı sıcaklıklara, neme veya doğrudan güneş ışığına maruz bırakmayın. Cihazı toza karşı koruyun.
8. Manşon ve hortum düzgün şekilde katlanmalıdır. Cihaz bileğe veya kolun üst tarafına düzgün bir şekilde takılmadıkça aktif duruma getirilmemelidir.
9. Cihazı düşürmekten ve onu ağır basınca tabi tutmaktan kaçının.
10. Cihaz, yere düşürmek gibi aşırı çarpmalara maruz bırakılmamalıdır.
11. Cihaz, yalnızca özel evsel kullanım için amaçlanmıştır ve sadece yetişkinlerin kullanımına uygundur.
    (18 yaş üzeri).
12. Manşonun şişmeye devam etmesi ve durmaması gibi pek olası olmayan bir kaza oluşursa, manşonu derhal bilekten veya kolun üst tarafından çıkartın.
13. Doğru ölçümler elde etmek, cihaz spesifikasyonlarda belirtilen sıcaklıklarda saklanmalıdır.

Çevrenin korunması ve pillerin imha edilmesi

Pilleri değiştirdiğinizde çevreye saygı gösterin. Tükenmiş piller sıradan evsel atık değildir. Yetkili toplama noktalarında imha edilmeleri gereklidir. Asit sızdırabileceklerinden dolayı, pillerin çok eski ya da yıpranmış olmamasını sağlayın. Pillerin üzerindeki son kullanma tarihlerini kontrol edin. Ürünü çöpe atmadan önce pilleri çıkartmayı unutmayın.

Bu işaret bu ürünün AB genelinde diğer ev atıklarıyla birlikte atılmaması gerektiğini belirtir. Kontrolsüz atığın çevre veya insan sağlığına olası zararları engellemek için sorumlu bir şekilde geri dönüştürülmesini ve malzeme kaynaklarının sürdürebilir şekilde yeniden kullanılmasını sağlayın. Kullanılmış aygıtınızı iade etmek için lütfen iade sistemlerini kullanın veya ürünü satın aldığınız perakende satış noktasıyla görüşün. Kendileri bu ürünü çevreye zarar vermeyecek şekilde geri dönüştürülmek üzere gerekli yere gönderebilirler. (WEEE açıklaması).

Οδηγός γρήγορης έναρξης

ΓΙΑ ΝΑ ΛΑΒΕΤΕ ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΚΑΙ ΝΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΗΣΕΤΕ ΤΟ ΛΟΓΙΣΜΙΚΟ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ MIBODY 360, ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: www.mibody360.com

ΓΙΑ ΝΑ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ ΑΜΕΣΩΣ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΙΕΣΟΜΕΤΡΟΥ HOMEDICS MIBODY360, ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΑΠΛΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΕΝΑΡΞΗΣ ΠΟΥ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ:

Πριν από τη χρήση

Πριν τεθεί σε χρήση το πιεσόμετρο, θα πρέπει να ακολουθηθούν μερικά βασικά βήματα. Παρακαλούμε, διαβάστε καλά το παρόν εγχειρίδιο πριν χρησιμοποιηθεί το πιεσόμετρο για πρώτη φορά και φυλάξτε το εγχειρίδιο για μελλοντική χρήση.

Το πιεσόμετρο προορίζεται μόνο για χρήση στη σπίτι. Οποιαδήποτε μέτρηση παρέχεται ως πληροφορία μόνον και δεν μπορεί, σε καμία περίπτωση, να αντικαταστήσει μια επίσκεψη στο γιατρό. Η αποτίμηση των μετρήσεων της πίεσης του αίματος πρέπει να γίνεται πάντα από άτομο με σχετική κατάρτιση (γιατρό, νοσηλευτή ή κάτι παρόμοιο), που θα γνωρίζει τη γενική ιατρική κατάσταση του χρήστη. Με τακτική χρήση και κρατώντας ένα αρχείο των αποτελεσμάτων, το άτομο αυτό μπορεί να είναι συνεχώς καλά ενημερωμένο σχετικά με τις εξελίξεις στην πίεση αίματος του χρήστη.

Οι μετρήσεις δεν πρέπει ποτέ να ερμηνεύονται από το χρήση με σκοπό την αλλαγή των επιπέδων των φαρμάκων που συνταγογραφούνται από το γιατρό. ΠΑΝΤΟΤΕ πρέπει να τηρούνται οι οδηγίες του γιατρού.

Η χρήση περιβραχιονίου κατάλληλου μεγέθους είναι σημαντική για τη σωστή μέτρηση. Ακολουθήστε τις οδηγίες που περιλαμβάνονται στο παρόν εγχειρίδιο και που υπάρχουν τυπωμένες πάνω στο περιβραχιόνιο για να είστε σίγουροι ότι χρησιμοποιείται το σωστό μέγεθος περιβραχιονίου.

Το πιεσόμετρο δεν είναι κατάλληλο για χρήστες που πάσχουν από αρρυθμία (διαταραχές στον καρδιακό ρυθμό) και ενδέχεται να προκύψουν σφάλματα στα αποτελέσματα των μετρήσεων, αν ο χρήστης έχει πάθει αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, πάσχει από καρδιαγγειακές νόσους, έχει πολύ χαμηλή πίεση αίματος ή πάσχει από άλλα συμπτώματα όπως παθήσεις του κυκλοφορικού (διαβήτης, νεφροπάθειες, αρτηριοσκλήρυνση [εναποθέσεις στις αρτηρίες] ή φτωχή περιφερική κυκλοφορία του αίματος (π.χ. στα χέρια και στα πόδια).

Ηλεκτρομαγνητικές διαταραχές: Η συσκευή περιέχει ευαίσθητα ηλεκτρονικά στοιχεία. Κρατήστε την μακριά από ισχυρά ηλεκτρικά ή ηλεκτρομαγνητικά πεδία στο άμεσο περιβάλλον (π.χ. κινητά τηλέφωνα, φούρνοι μικροκυμάτων) διότι αυτά ενδέχεται να μειώσουν προσωρινά την ακρίβεια των μετρήσεων.

Χρησιμοποιήστε το πιεσόμετρο μόνο για τον αρχικό σκοπό για τον οποίο προορίζεται.

Η συσκευή προορίζεται για τη μέτρηση της πίεσης του αίματος και του σφυγμού σε ενήλικα άτομα. Μη χρησιμοποιείτε το πιεσόμετρο σε νήπια ή άτομα που δεν μπορούν να δώσουν σαφώς την άδειά τους. Η συσκευή δεν πρέπει να τίθεται σε λειτουργία από παιδιά.

Το πιεσόμετρο λειτουργεί σύμφωνα με την αρχή της ταλαντομετρικής μεθόδου. Αυτές οι αλλαγές στην πίεση του αίματος μετρώνται μέσα περιβραχιόνιο με βάση το σφυγμό του βραχίονα και μετατρέπονται σε αριθμητική αξία της τρέχουσας πίεσης του αίματος. Ταυτόχρονα, ο αριθμός των σφυγμών καταγράφεται και υπολογίζεται ως αριθμός σφυγμών ανά λεπτό.

Υπάρχουν δύο είδη διακριτής πίεσης του αίματος. Και οι δύο εκφράζονται σε mmHg (χιλιοστά στη στήλη υδραργύρου): Η συστολική και η διαστολική. Η συστολική ('η μεγάλη πίεση') δείχνει την πίεση όταν οι θάλαμοι της καρδιάς συστέλλονται για να στείλουν το αίμα σε όλο το σώμα σας, και η διαστολική ('η μικρή πίεση') δείχνει την πίεση όταν η καρδιά είναι σε ηρεμία και γεμίζει με αίμα πριν από την επόμενη μυϊκή συστολή. Η σχέση ανάμεσα στις τιμές (mmHg) εκφράζεται ως, π.χ. 130 με 85, που σημαίνει ότι η συστολική πίεση είναι 130 και η διαστολική πίεση είναι 85.

Γιατί είναι σημαντική η παρακολούθηση της πίεσής σας;

Πολλές από τις συνηθισμένες παθήσεις της σημερινής εποχής συνδέονται με την υπέρταση, η οποία αναφέρεται επίσης ως 'υψηλή πίεση του αίματος'. Η υπέρταση συνδέεται στενά με καρδιαγγειακές παθήσεις, και για τα άτομα που ανήκουν στην ομάδα κινδύνου, η πίεση του αίματος αποτελεί ένα σημαντικό εργαλείο για την παρακολούθηση της εξέλιξης.

Πρότυπο για την πίεση του αίματος

Το πρότυπο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για την πίεση του αίματος ορίζει τις περιοχές για την υψηλή και τη χαμηλή πίεση. Το πρότυπο χρησιμεύει μόνον ως κατευθυντήρια οδηγία καθώς τα επίπεδα της πίεσης του αίματος διαφέρουν από άνθρωπο σε άνθρωπο, ανάμεσα σε ηλικιακές ομάδες, κ.λπ.

Φωτεινή ένδειξη LED	Ταξινόμηση Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO)	Συστολική πίεση (mmHg)	Διαστολική πίεση (mmHg)
ΠΡΑΣΙΝΗ	Βέλτιστη	<120	<80
	Φυσιολογική	120-129	80-84
	Υψηλή φυσιολογική	130-139	85-89
ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ	Υπέρταση σταδίου 1	140-159	90-99
ΚΟΚΚΙΝΗ	Υπέρταση σταδίου 2	160-179	100-109
	Υπέρταση σταδίου 3	≥180	≥110

Πώς να χρησιμοποιήσετε το πιεσόμετρο

Αυτό το πιεσόμετρο MiBody 360 είναι εφοδιασμένο με ευφυή τεχνολογία. Πατώντας ένα μόνον κουμπί, η περιχειρίδα φουσκώνει αυτόματα και μπλοκάρει τη ροή της πίεσης του αίματος στην αρτηρία.
Στη συνέχεια, ξεκινά η διαδικασία του ξεφουσκώματος. Η ευφυής τεχνολογία παρέχει τη δυνατότητα να ρυθμίζονται με ακρίβεια το αυτόματο φούσκωμα και ξεφούσκωμα ώστε να ταιριάζουν σε κάθε άτομο. Σας τονίζουμε ότι οποιαδήποτε κίνηση κατά τη διάρκεια του φουσκώματος ή του ξεφουσκώματος θα προκαλέσει σφάλματα στις μετρήσεις. Όταν ολοκληρωθεί η μέτρηση, στην οθόνη θα φαίνεται η συστολική πίεση, η διαστολική πίεση και ο καρδιακός σφυγμός.
Το πιεσόμετρο MiBody 360 είναι εγκεκριμένο ώστε να παρέχει κλινικά σωστά αποτελέσματα.
Η συσκευή είναι εγκεκριμένη από την MDD (Οδηγία περί Ιατρικών Συσκευών, Ευρωπαϊκή Προδιαγραφή EN-1060-3 &/ή 1060-4) και σε συμφωνία με τις απαιτήσεις της καθώς και με τις κατευθυντήριες οδηγίες από τη Βρετανική Εταιρεία Υπέρτασης (BHS).

Περιγραφή των μερών (σε αντιστοιχία με την Εικ. 1 στη σελίδα 2)

1. Οθόνη LCD
2. Λυχνία ενδείξεων LED
3. 2 κουμπιά επιλογής χρήστη
4. Αντλία αέρα και σύνδεσμος
5. Περιβραχιόνιο
6. Κουμπί ON/OFF + SET

Εισαγωγή και αλλαγή των μπαταριών

1. Πατήστε ελαφρά πάνω στη λαβή της θύρας ενώ τη σηκώνετε και την αφαιρείτε. Εισάγετε τις μπαταρίες στη θήκη των μπαταριών ή αλλάξτε τις. Βεβαιωθείτε ότι οι μπαταρίες είναι τοποθετημένες σωστά. Η θύρα τοποθετείται ξανά στη θέση της.
2. Οι μπαταρίες πρέπει να αλλάξουν όταν στην οθόνη εμφανιστεί η ένδειξη 'batt lo'.

Καθώς οι παρεχόμενες μπαταρίες είναι μόνο για έλεγχο, μπορεί να αποφορτιστούν νωρίτερα από τις μπαταρίες που αγοράζετε σε καταστήματα. Αντικαταστήστε τις μπαταρίες ανά ζεύγη. Αφαιρέστε τις μπαταρίες όταν η συσκευή δεν είναι σε χρήση για μεγάλες χρονικές περιόδους.

Πώς να χρησιμοποιήσετε το πιεσόμετρο

Χρήση για πρώτη φορά και ρύθμιση ημερομηνίας/ώρας:

1. Αφού τοποθετηθούν οι μπαταρίες πριν τη χρήση για πρώτη φορά, θα εμφανιστεί η ένδειξη 'SET UP'.
2. Όταν πατήσετε 'set', στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη 'dAtE':
3. Θα αναβοσβήσει η ημέρα, χρησιμοποιήστε το επάνω ή κάτω βέλος για να επιλέξετε την ημερομηνία, πατήστε 'set' για επιβεβαίωση και περάστε στον μήνα, ακολουθήστε τη διαδικασία για τον μήνα και περάστε στο έτος, επιλέξτε και πατήστε 'set'.
4. Στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη 'hour': Θα αναβοσβήσει η ώρα, χρησιμοποιήστε το επάνω ή κάτω βέλος για να επιλέξετε την ώρα, πατήστε 'set' για επιβεβαίωση και περάστε στα λεπτά, ακολουθήστε τη διαδικασία για τα λεπτά και πατήστε 'set'.
5. Το πιεσόμετρο είναι πλέον ρυθμισμένο και έτοιμο για χρήση. Στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη '0' '0' '0' και η ημερομηνία, η ώρα και ο αριθμός χρήστη.
6. Αν χρειαστεί να αλλάξετε την ημερομηνία/την ώρα κατά τη διάρκεια της κανονικής χρήσης, πατήστε και κρατήστε πατημένο το κουμπί 'set' μέχρι να εμφανιστεί η ένδειξη 'SET UP' και επαναλάβετε τη διαδικασία από το βήμα 1.

Σημείωση: Μετά από 30 δευτερόλεπτα, η οθόνη επανέρχεται στην κανονική αρχική ένδειξη '0' '0' '0'.

Προσαρμογή του περιβραχιονίου

1. Αν το περιβραχιόνιο δεν είναι συναρμολογημένο κατά την πρώτη χρήση, περάστε το άκρο του περιβραχιονίου που είναι πιο μακριά από την αντλία μέσα από το δακτύλιο D για να σχηματίσετε μια θηλιά. (Fig.2)
2. Εφαρμόστε την αντλία στην αριστερή πλευρά της συσκευής. (Fig.3)
3. Βγάλτε τυχόν σφιχτά ρούχα από το πάνω τμήμα του αριστερού σας βραχίονα και τοποθετήστε το περιβραχιόνιο περίπου στα 2-3 εκ. πάνω από τον αγκώνα προκειμένου η αντλία να κεντραριστεί στο μέσον του βραχίονα. Η αντλία πρέπει να είναι στραμμένη προς τα κάτω, με κατεύθυνση προς το χέρι. (Fig.4)
4. Τραβήξτε απαλά το άκρο του περιβραχιονίου για να σφίξει εύκολα και απαλά γύρω από το βραχίονα. Το περιβραχιόνιο ασφαλίζεται τραβώντας το συνδετικό velcro προς το μέρος του
5. Θα πρέπει να μπορείτε να περάσετε δύο δάχτυλα ανάμεσα στο περιβραχιόνιο και το βραχίονα σας. Το περιβραχιόνιο δεν πρέπει να εφαρμοστεί πιο σφιχτά. (Fig.5)
6. Χαλαρώστε το σώμα σας και ακουμπήστε το βραχίονά σας πάνω σε ένα τραπέζι με την παλάμη σας προς τα πάνω έτσι ώστε το περιβραχιόνιο να είναι τοποθετημένο στο ίδιο ύψος με την καρδιά. Βεβαιωθείτε ότι η αντλία δεν λυγίζει. (Fig.6)

Αν δεν είναι δυνατόν να βάλετε το περιβραχιόνιο στον αριστερό βραχίονα, μπορεί να τοποθετηθεί στον δεξιό βραχίονα. Ωστόσο, είναι σημαντικό να γίνονται όλες οι μετρήσεις στον ίδιο βραχίονα.
Αν πρόκειται να κάνετε τη μέτρηση στο δεξιό χέρι, το σωληνάκι στην περιχειρίδα πρέπει να τοποθετηθεί πάνω από την κύρια αρτηρία. Πιέστε τις αρτηρίες του βραχίονα με δύο δάχτυλα περίπου 2 εκ. πάνω από τον αγκώνα, στην εσωτερική πλευρά του βραχίονα, για να βρείτε που είναι πιο δυνατός ο σφυγμός. Αυτή είναι η κύρια αρτηρία.
(Fig.7)
ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ!
Το μέγεθος του περιβραχιονίου συμβάλλει στη διασφάλιση της ακρίβειας των αποτελεσμάτων των μετρήσεων. Το περιβραχιόνιο έχει κατάλληλο μέγεθος αν το βέλος του ΔΕΙΚΤΗ είναι τοποθετημένο ανάμεσα στα δύο βέλη OK, όπως φαίνεται στην πιο κάτω εικόνα.
Αν το βέλος βγει εκτός αυτής της περιοχής, πρέπει να χρησιμοποιηθεί άλλη περιχειρίδα (μεγέθους XL ή XS). (Fig.8)

Σημαντικό

- Η πίεση του αίματος αλλάζει με κάθε καρδιακό σφυγμό και συνεπώς αλλάζει συνέχεια 24 ώρες την ημέρα.
- Η μέτρηση της πίεσης του αίματος μπορεί να επηρεαστεί από τη θέση του χρήστη, την κατάσταση του οργανισμού του ή άλλους παράγοντες. Για να έχετε τον υψηλότερο δυνατό βαθμό ακρίβειας, συνιστάται να λαμβάνεται η μέτρηση 1 ώρα μετά από άσκηση, μπάνιο, ολοκλήρωση γεύματος, κατανάλωση ποτών με αλκοόλ ή καφεΐνη ή μετά το κάπνισμα.
- Πριν από τη μέτρηση, συνιστάται να καθίσετε ακίνητοι και να χαλαρώσετε για 15 λεπτά. Ο χρήστης δεν πρέπει να είναι σωματικά κουρασμένος ή εξαντλημένος όταν λαμβάνεται η μέτρηση.
- Ο χρήστης δεν πρέπει να μιλά ή να κουνά το βραχίονα ή το χέρι του κατά τη διάρκεια της μέτρησης.

Πώς να μετρήσετε την πίεση του αίματος

1. Πατήστε το κουμπί 'set' για να ενεργοποιήσετε τη συσκευή.
2. Επιλέξτε το χρήστη (1-6 ή 0 για επισκέπτη) με το επάνω/κάτω βέλος.
3. Βεβαιωθείτε ότι η περιχειρίδα είναι σωστά τοποθετημένη στο βραχίονα, προσέχοντας να κάθεστε άνετα με την περιχειρίδα στο ίδιο ύψος με την καρδιά σας.
4. Πατήστε το κουμπί 'set' για να ξεκινήσει η μέτρηση της πίεσης - η περιχειρίδα θα φουσκώσει και θα ξεκινήσει η μέτρηση.
5. Όταν ολοκληρωθεί η μέτρηση, η περιχειρίδα θα ξεφουσκώσει αυτόματα και στην οθόνη θα εμφανιστούν οι μετρήσεις 'διαστολικής' και 'συστολικής' πίεσης, καθώς και των 'παλμών', η λυχνία ενδείξεων LED θα ανάψει για να επισημάνει την κατάσταση της υγείας, σύμφωνα με το πρότυπο του WHO (δείτε τον πίνακα του WHO στη σελίδα 3). Ταυτόχρονα, η μέτρηση θα αποθηκευτεί στη μνήμη της συσκευής (μόνο για τους χρήστες 1-6). (Εικ. 9)
6. Η λειτουργία της συσκευής θα τερματιστεί αυτόματα μετά από 30 δευτερόλεπτα ή όταν πατηθεί το 'set'.
7. Αν χρειαστεί, μπορεί να ληφθεί κι άλλη μέτρηση αμέσως μετά. Αρκεί να επιστρέψετε στο βήμα 1 και να επαναλάβετε όλα τα βήματα.

Μηνύματα σφάλματος:

Erro	Εντοπίστηκε κάποιο σφάλμα κατά τη μέτρηση. Πατήστε το κουμπί 'set' για να διακοπεί και να επαναληφθεί η μέτρηση. Αν το πρόβλημα δεν λυθεί, επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών της HoMedics, στα στοιχεία που αναφέρονται στο φυλλάδιο εγγύησης.

Τι αξίζει να γνωρίζετε σχετικά με τη μέτρηση της πίεσης του αίματος

- Οι μετρήσεις της πίεσης του αίματος πρέπει να εκτελούνται σε ήρεμο και άνετο περιβάλλον καθώς μπορούν να επηρεαστούν από τις υψηλές ή χαμηλές θερμοκρασίες. Η πίεση του αίματος πρέπει να μετριέται σε κανονικές θερμοκρασίες σώματος.
- Να μην κινείστε ούτε να μιλάτε κατά τη διάρκεια της μέτρησης. Διατηρήστε τα πόδια σας σε οριζόντια θέση πάνω στο πάτωμα.
- Μην αγγίζετε το περιβραχιόνιο ή το πιεσόμετρο κατά τη διάρκεια της μέτρησης.
- Για να έχετε την καλύτερη δυνατή μέτρηση, η πίεση του αίματος πρέπει να μετριέται περίπου την ίδια ώρα κάθε ημέρα και στον ίδιο βραχίονα.
- Αν πρόκειται να κάνετε αρκετές διαδοχικές μετρήσεις, περιμένετε 5 λεπτά μετά από κάθε μέτρηση.
- Οι μετρήσεις χρησιμεύουν μόνο για λόγους καθοδήγησης. Αν έχετε αμφιβολίες σχετικά με την πίεσή σας, συμβουλευτείτε το γιατρό σας.
- Το προϊόν δεν είναι κατάλληλο για άτομα που πάσχουν από αρρυθμία (διαταραχές του καρδιακού ρυθμού).
- Ενδέχεται να προκύψουν σφάλματα μέτρησης, αν ο χρήστης πάσχει από διαβήτη, έχει πρόβλημα κακής κυκλοφορίας του αίματος, προβλήματα στα νεφρά ή έχει πάθει αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο.

Μνήμη

Αυτό το πιεσόμετρο μπορεί να χρησιμοποιηθεί από 6 χρήστες. Κάθε χρήστης μπορεί να αποθηκεύσει μέχρι 30 μετρήσεις πριν τη λήψη των δεδομένων.
Όταν η μνήμη για τους χρήστες γεμίσει, στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη FULL και ο αριθμός χρήστη 1, 2, 3 ... . Θα ανάψει η πορτοκαλή ένδειξη LED.
Για να κάνετε λήψη του λογισμικού MiBody 360, ακολουθήστε τις οδηγίες του πλήρους εγχειριδίου.

Έρευνα σφάλματος

Αν, κατά τη διάρκεια της χρήσης προκύψουν ανωμαλίες, παρακαλούμε ελέγξτε τα ακόλουθα πριν επικοινωνήσετε με τον πωλητή σας:

Σύμπτωμα	Πιθανές αιτίες	Διόρθωση
Η συσκευή δεν ενεργοποιείται όταν ενεργοποιείται το πλήκτρο Stop/Start.	Απαιτείται αλλαγή μπαταριών.	Αλλάξτε και βάλτε τέσσερις καινούριες μπαταρίες.
Σύμβολο σφάλματος μέτρησης Erro στην οθόνη ή η μέτρηση της πίεσης του αίματος είναι υπερβολικά χαμηλή (ή υψηλή).	Το περιβραχιόνιο δεν έχει εφαρμοστεί σωστά.	Προσαρμόστε και πάλι το περιβραχιόνιο για να βεβαιωθείτε ότι έχει τοποθετηθεί σωστά.
	Μιλούσατε ή ήσασταν σε κίνηση κατά τη διάρκεια της μέτρησης;	Ξαναρχίστε τη μέτρηση και διατηρήστε το βραχίονα σταθερό κατά τη διάρκεια ολόκληρης της μέτρησης.
	Τράνταγμα του βραχίονα την ώρα που φορούσατε το περιβραχιόνιο.	
	Η ροή του αέρα είναι ακανόνιστη. Η αντλία δεν έχει εφαρμοστεί σωστά στη συσκευή.	Ελέγξτε τη σύνδεση του περιβραχιονίου. Ξαναρχίστε τη μέτρηση.

Αν η συσκευή εξακολουθεί να μην λειτουργεί, σας παρακαλούμε επικοινωνήστε με το κατάστημα από όπου αγοράστηκε η συσκευή ή επικοινωνήστε με την εξυπηρέτηση πελατών της HoMedics, στα στοιχεία που αναφέρονται στο φυλλάδιο εγγύησης.
Μην επιχειρήσετε να ανοίξετε τη συσκευή ή να ρυθμίσετε μόνοι σας οποιαδήποτε από τα εσωτερικά μέρη.

Προδιαγραφές

Πηγή τροφοδοσίας	4 μπαταρίες μεγέθους AA
Πρότυπο μέτρησης	Ταλαντομετρική
Ζώνη μέτρησης	Πίεση: 30-280 mm Hg Σφυγμός: 40-200 σφυγμοί ανά λεπτό
Ακρίβεια	Πίεση: ±3 mmHg Σφυγμός: Μέτρηση εντός ±5%
Αισθητήρας πίεσης	Ημιαγωγός
Φούσκωμα	Αυτόματο - με κίνηση από αντλία
Ξεφούσκωμα	Αυτόματο- βαλβίδα υπερπίεσης
Χωρητικότητα μνήμης	30 μετρήσεις ανά χρήστη (180 σύνολο)
Αυτόματο κλείσιμο	30 δευτερόλεπτα μετά την τελευταία χρήση
Συνθήκες κατά τη διάρκεια της χρήσης	10˚C - 40˚C 85% RH μέγ.
Συνθήκες αποθήκευσης	-20˚C - 60˚C 85 % RH μέγ.
Περιφέρεια περιβραχιονίου	22-32 εκ.
Περιορισμός ηλικίας	18 έτη
Ταξινόμηση	Τύπου BF. Η συσκευή και το περιβραχιόνιο έχουν σχεδιαστεί ώστε να παρέχουν ειδική προστασία από ηλεκτροπληξία.

Οι προδιαγραφές υπόκεινται σε δυνατότητα αλλαγής χωρίς προειδοποίηση.

Καθαρισμός και συντήρηση

1. Το πιεσόμετρο, το περιβραχιόνιο και το κουτί αποθήκευσης μπορούν να ξεπλυθούν με μαλακό ύφασμα βρεγμένο με ήπιο απορρυπαντικό και να στεγνώσουν με ένα απαλό, στεγνό ύφασμα ή χαρτοπετσέτα. Ποτέ να μην χρησιμοποιείτε ισχυρά, καυστικά απορρυπαντικά, διότι αυτά ενδέχεται να προκαλέσουν βλάβη στα συνθετικά μέρη. Επίσης, ποτέ να μη χρησιμοποιείτε διαλυτικά, οινόπνευμα ή κηροζίνη για να καθαρίσετε τη συσκευή.

Ασφάλεια και ηλεκτρικές συσκευές

1. Όταν η συσκευή δεν χρησιμοποιείται, φυλάξτε την μέσα στο κουτί αποθήκευσης.
2. Να χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνον στον καρπό ή στο πάνω μέρος του βραχίονα, όχι σε άλλα μέρη του σώματος.
3. Όταν η συσκευή δεν χρησιμοποιείται για παρατεταμένες χρονικές περιόδους, συνιστάται να αφαιρέσετε τις μπαταρίες για να αποφύγετε τη διαρροή, η οποία ενδέχεται να προκαλέσει ζημιά στη συσκευή.
4. Αν η συσκευή έχει αποθηκευτεί σε πολύ χαμηλές θερμοκρασίες κοντά στο σημείο πήξης, παρακαλούμε αφήστε την να πάρει τη θερμοκρασία δωματίου πριν τη χρησιμοποιήσετε και πάλι.

5. Ούτε η συσκευή ούτε το περιβραχιόνιο πρέπει να αποσυναρμολογηθούν, διότι αυτό ενδέχεται να προκαλέσει σοβαρή ζημιά στη συσκευή. Αν είναι απαραίτητη επισκευή, η συσκευή πρέπει να επιστραφεί στο κατάστημα όπου αγοράστηκε. Μην επιχειρήσετε να ανοίξετε τη συσκευή ή να ρυθμίσετε μόνοι σας τα εσωτερικά μέρη.
6. Μη βυθίζετε τη συσκευή σε νερό ή άλλα υγρά, διότι αυτό θα προκαλέσει ζημιά στη συσκευή.
7. Μην αφήνετε εκτεθειμένη τη συσκευή ή το περιβραχιόνιο σε ακραίες θερμοκρασίες, υγρασία ή άμεση ηλιακή ακτινοβολία. Προστατεύστε τη συσκευή από τη σκόνη.
8. Το περιβραχιόνιο και η αντλία δεν πρέπει να διπλωθούν σφιχτά. Η συσκευή δεν πρέπει να ενεργοποιηθεί, αν δεν εφαρμοστεί κατάλληλα στον καρπό ή το πάνω μέρος του βραχίονα.
9. Αποφύγετε πτώση της συσκευής και μην την υποβάλετε σε μεγάλη πίεση.
10. Η συσκευή δεν πρέπει να εκτεθεί σε έντονα τραντάγματα όπως αυτά που προκαλούνται από πτώση στο πάτωμα.
11. Η συσκευή προορίζεται μόνο για ιδιωτική οικιακή χρήση και είναι κατάλληλη μόνο για χρήση από ενηλίκους (ηλικίας άνω των 18 ετών).
12. Αν συμβεί η πολύ απίθανη περίπτωση να συνεχίσει να φουσκώνει το περιβραχιόνιο και να μην σταματά, αφαιρέστε το αμέσως από τον καρπό ή το πάνω μέρος του βραχίονα.
13. Η συσκευή πρέπει να αποθηκεύεται στις θερμοκρασίες που επισημαίνονται στις προδιαγραφές, ώστε να εξασφαλιστούν μετρήσεις ακριβείας:

Προστασία του περιβάλλοντος και απόρριψη των μπαταριών

Σεβαστείτε το περιβάλλον όταν αλλάζετε μπαταρίες. Οι χρησιμοποιημένες μπαταρίες δεν είναι συνηθισμένα οικιακά απορρίμματα. Η απόρριψή τους πρέπει να γίνεται σε εξουσιοδοτημένα σημεία συλλογής. Βεβαιωθείτε ότι οι μπαταρίες δεν είναι πολύ παλιές ή φθαρμένες καθώς υπάρχει κίνδυνος για διαρροή οξέος. Ελέγξτε την ημερομηνία λήξης που υπάρχει πάνω στις μπαταρίες. Θυμηθείτε να αφαιρέσετε τις μπαταρίες πριν απορρίψετε το προϊόν.

Αυτή η σήμανση επισημαίνει ότι αυτό το προϊόν δεν πρέπει να απορρίπτεται με άλλα οικιακά απόβλητα σε όλη την ΕΕ. Για να μην προκληθεί ζημιά στο περιβάλλον ή στην υγεία λόγω μη ελεγχόμενης απόρριψης αποβλήτων, ανακυκλώστε το υπεύθυνα, προάγοντας τη βιώσιμη επαναχρησιμοποίηση των υλικών πόρων. Για να επιστρέψετε τη χρησιμοποιημένη συσκευή, χρησιμοποιήστε τα συστήματα επιστροφής και συλλογής ή επικοινωνήστε με το κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το προϊόν. Οι υπεύθυνοι μπορούν να παραλάβουν αυτό το προϊόν για ασφαλή για το περιβάλλον ανακύκλωσή του. (Επεξήγηση ΑΗΗΕ)

Краткое руководство

ДЛЯ ЗАГРУЗКИ ПОЛНОГО РУКОВОДСТВА И УСТАНОВКИ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ MIBODY 360 ПОСЕТИТЕ ВЕБ-САЙТ
www.mibody360.com

НАЧИНАЯ РАБОТУ С МОНИТОРОМ ДЛЯ КОНТРОЛЯ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ HOMEDICS MIBODY 360, СЛЕДУЙТЕ ИНСТРУКЦИЯМ НИЖЕ.

Перед использованием

Перед использованием прибора для измерения артериального давления следует ознакомиться с вводной информацией.
Перед первым применением прибора внимательно прочитайте это руководство и сохраните его на случай, если оно потребуется в дальнейшем.
Прибор для измерения артериального давления предназначен только для домашнего применения. Все измерения носят исключительно информативный характер и ни в коем случае не могут заменить посещения врача. Измерения артериального давления всегда должен оценивать квалифицированный специалист (врач, медсестра и т. д.), имеющий представление об обычном состоянии здоровья пациента. Регулярно пользуясь прибором и сохраняя записи результатов, вы всегда будете знать об изменениях своего артериального давления.
Пациент никогда не должен нарушать предписанный врачом курс лечения, основываясь на этих измерениях, следует ВСЕГДА соблюдать предписания врача.
Для правильного измерения давления очень важно использовать манжету подходящего размера. Учтите указания данного руководства и размеры, напечатанные на манжете, чтобы правильно подобрать манжету.
Прибор для измерения артериального давления не подходит лицам, страдающим от аритмии (нарушения сердечного ритма). Ошибки в результатах измерений также возможны, если человек перенес удар, страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, имеет очень низкое артериальное давление или признаки других заболеваний, такие как расстройства кровообращения (диабет, заболевания почек, артериосклероз (отложения в артериях)) или недостаточное периферическое кровообращение (например, в кистях рук и ступнях).
Электромагнитные помехи: прибор содержит чувствительные электронные компоненты. Не держите его вблизи сильных электрических или электромагнитных полей (производимых такими приборами, как мобильные телефоны, микроволновые печи), поскольку это может временно понизить точность результатов измерения.
Используйте прибор для измерения артериального давления только по назначению.
Прибор предназначен для измерения артериального давления и пульса у взрослых. Не применяйте прибор для детей или лиц, которые не в состоянии дать соответствующее разрешение на проведение этой процедуры. Дети не должны пользоваться прибором.
Прибор для измерения артериального давления действует в соответствии с осциллометрическим принципом. Изменения артериального давления измеряются в манжете (на основании пульса в руке) и преобразуются в числовое значение, соответствующее измеренному артериальному давлению. Одновременно регистрируется частота пульса и выражается в виде числа ударов в минуту.
Определяются два различных вида артериального давления. Оба значения выражаются в мм рт. ст. (миллиметрах ртутного столба): систолическое и диастолическое. Систолическое («верхнее») давление определяется, когда сердце сокращается, выбрасывая кровь, а диастолическое («нижнее») давление — когда сердце делает паузу и заполняется кровью перед следующим сокращением. Отношение между значениями (в мм рт. ст.) выражается, например, как 130 на 85, то есть систолическое давление составляет 130, а диастолическое — 85 мм рт. ст.

Почему важно следить за артериальным давлением?

Многие из распространенных в наше время заболеваний связаны с гипертонией, которую называют также «повышенным кровяным давлением». Гипертония имеет непосредственное отношение к сердечно-сосудистым заболеваниям, и лицам, относящимся к группе риска, наблюдение за артериальным давлением позволяет следить за изменением состояния.

Стандарт для артериального давления

В стандарте для артериального давления, принятом Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), определены диапазоны высокого и низкого давления. Этот стандарт носит исключительно рекомендательный характер, поскольку индивидуальные уровни артериального давления различаются у разных людей, в разных возрастных группах и т. д.

Светодиодный индикатор Индикатор	Классификация Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)	Систолическое давление (мм рт. ст.)	Диастолическое давление (мм рт. ст.)
ЗЕЛЕНЫЙ	Оптимальное	<120	<80
	Нормальное	120-129	80-84
	Верхний предел нормы	130-139	85-89
ЖЕЛТЫЙ	Гипертония первой степени	140-159	90-99
КРАСНЫЙ	Гипертония второй степени	160-179	100-109
	Гипертония третьей степени	≥180	≥110

Как пользоваться прибором для измерения давления

В мониторе для контроля артериального давления MiBody 360 используется интеллектуальная технология. После нажатия
кнопки начнется автоматическое нагнетание воздуха в манжету. При этом блокируется напорное движение крови через артерию.
Затем начнется процесс выпускания воздуха. Благодаря интеллектуальной технологии автоматическое нагнетание и
выпускание воздуха регулируется с учетом индивидуальных особенностей. Учтите, что любое движение во время
нагнетания или выпускания воздуха приводит к погрешностям измерения. После завершения измерения на экране появятся значения систолического давления, диастолического давления и частоты сердечных сокращений.
Монитор для контроля артериального давления MiBody 360 прошел клинические испытания и был разрешен к применению в медицинской практике.
Прибор одобрен и соответствует требованиям Директивы по медицинскому оборудованию (европейский стандарт EN-1060-3 и/или 1060-4), а также соответствует положениям по сертификации Британского общества по гипертонии.

Описание компонентов (см. рис. 1 на стр. 2)

1. Жидкокристаллический дисплей
2. светодиодный индикатор;
3. две кнопки выбора пользователя;2
4. Воздушная трубка и соединитель
5. манжета;
6. кнопка ON/OFF + SET.

Установка и зарядка батареек

1. Слегка нажмите на рукоятку крышки, одновременно поднимая крышку, и снимите ее. Установите или зарядите батарейки в батарейном отсеке. Убедитесь, что батарейки установлены правильно. Верните крышку на место.
2. При появлении на экране надписи BATT LO батареи следует заменить..

Батарейки, поставляемые в комплекте с прибором, предназначены только для проверки прибора, поэтому они могут разрядиться раньше, чем батарейки, купленные в магазине. Заменяйте батарейки парами. Вынимайте батарейки, если прибор не используется в течение длительного времени.

Использование прибора для измерения давления

Первое использование и установка даты и времени:

1. При первом использовании после вставки батареек на экране отобразится надпись SET UP.
2. После нажатия кнопки SET на экране появится надпись DATE.
3. На экране отобразится число, означающее день месяца. Выберите дату с помощью стрелок вверх и вниз и нажмите кнопку SET для подтверждения и перехода к
   выбору месяца. Выполните аналогичные действия для месяца и года, после чего нажмите кнопку SET.
4. На экране появится надпись HOUR и отобразится число часов. С помощью стрелок вверх и вниз выберите часы, нажмите кнопку SET для
   подтверждения и перехода к выбору минут. Выберите минуты и нажмите кнопку SET.
5. Теперь монитор для контроля артериального давления настроен и готов к использованию. На экране отобразятся цифры «0» «0» «0», а также дата, время и номер пользователя.
6. Для изменения даты и времени войдите в режим настройки, для чего нажмите и удерживайте кнопку SET.
   Повторите процедуру, начиная с шага 1.

Примечание. Через 30 секунд экран вернется к начальному экрану с цифрами «0» «0» «0».

Подготовка манжеты

1. Если при первом использовании манжета не собрана, пропустите ее край, отстоящий дальше от трубки, через D-образное кольцо, чтобы образовалась петля. (Fig.2)
2. Присоедините трубку к левой стороне прибора. (Fig.3)
3. Снимите тесную одежду с левого плеча и наденьте манжету, расположив ее примерно на 2–3 см выше локтя, чтобы трубка проходила посередине руки. Трубка должна опускаться вниз по внутренней стороне руки в направлении кисти. (Fig.4)
4. Осторожно потяните за край манжеты, чтобы она слегка затянулась и плотно обхватила руку. Манжета закрепляется с помощью застежки-липучки.
5. Между манжетой и рукой должно остаться достаточно места, чтобы туда умещалось два пальца. Не следует затягивать манжету сильнее. (Fig.5)
6. Примите удобную позу и положите руку на стол ладонью вверх, так чтобы манжета находилась на уровне сердца. Убедитесь, что трубка не перегибается. (Fig.6)

Если невозможно надеть манжету на левую руку, можно использовать правую руку.
Однако очень важно, чтобы все измерения проводились на одной и той же руке. При измерении на правой руке располагайте трубку на манжете над главной артерией. Прижмите артерии двумя пальцами примерно на 2 см выше локтя с внутренней стороны руки и определите, где пульс сильнее.
Это и есть основная артерия. (Fig.7)
ВАЖНО!
Размер манжеты влияет на точность результатов измерения. У манжеты подходящего размера стрелка INDEX оказывается между двумя стрелками OK (см. рисунок ниже).
Если стрелка оказывается за пределами этой области, следует использовать другую манжету (размера XL или XS). (Fig.8)

Важная информация

- Артериальное давление меняется с каждым ударом сердца и, соответственно, непрерывно изменяется в течение суток.
- На результат измерения артериального давления может повлиять поза, состояние и другие факторы. Чтобы получить максимально точные результаты, рекомендуется выполнять измерение не ранее чем через час после физической нагрузки, принятия ванны, окончания приема пищи, употребления напитков, содержащих алкоголь или кофеин, или после курения.
- Перед измерением рекомендуется посидеть спокойно в течение 15 минут. Нельзя производить измерения уставшему или обессиленному человеку.
- Во время измерения не следует разговаривать или двигать рукой или кистью руки.

Измерение артериального давления

1. Включите прибор, нажав кнопку SET.
2. Выберите пользователя (1–6 или 0 для гостя) с помощью стрелок вверх и вниз.
3. Убедитесь, что манжета правильно расположена на руке, и займите удобную позу так, чтобы манжета находилась на уровне сердца.
4. Начните измерение артериального давления, нажав кнопку SET. Манжета наполнится воздухом, и начнется измерение.
5. После того как измерение закончится, манжета автоматически сдуется и на экране появятся значения систолического и диастолического давления, а также частота пульса. Цвет светового индикатора будет
   указывать состояние здоровья согласно стандартам ВОЗ (см. таблицу ВОЗ на стр. 3) Результаты измерения будет сохранены в памяти прибора (только для пользователей 1–6). (рис. 9)
6. Прибор автоматически отключится через 30 секунд или после нажатия кнопки SET.
7. Можно провести еще одно измерение, повторив все шаги, начиная с 1-го.

Сообщения об ошибках:

Erro	Во время измерения обнаружена ошибка. Нажмите кнопку SET, чтобы остановить измерение и начать его заново. Если ошибка будет повторяться, обратитесь в службу поддержки клиентов компании HoMedics. Контактные данные указаны в гарантийном талоне.

Что необходимо знать об измерении давления

- Измерения артериального давления следует выполнять в спокойной и удобной обстановке; на результаты измерений может оказать влияние высокая или низкая температура тела. Артериальное давление следует измерять при нормальной температуре тела.
- Не двигайтесь и не разговаривайте во время измерения. Держите ноги ровно на полу.
- Во время измерения не прикасайтесь к манжете или прибору для измерения давления.
- Лучше всего измерять артериальное давление примерно в одно и то же время суток, на одной и той же руке.
- При выполнении нескольких последовательных измерений делайте 5-минутные паузы между измерениями.
- Результаты измерений носят исключительно рекомендательный характер. Если вас беспокоят значения вашего артериального давления, обратитесь к врачу.
- Прибор не подходит для лиц, страдающих от аритмии (нарушения сердечного ритма).
- Возможны ошибки измерения при сахарном диабете, нарушениях кровообращения, проблемах с почками или если был перенесен удар.

Память

Этот прибор для измерения артериального давления могут использовать шесть человек.
Для каждого пользователя можно сохранить до 30 результатов
измерений.
При заполнении памяти на экране появится надпись FULL и номер пользователя — 1, 2, 3... .
Загорится желтый светодиодный индикатор.
Инструкции по загрузке программного обеспечения MiBody 360 приведены в полном руководстве.

Поиск и устранение неисправностей

Если во время использования прибора происходят перебои в его работе, то, прежде чем обращаться к поставщику, проверьте следующее:

Проблема	Возможные причины	Устранение
Устройство не включается при нажатии кнопки STOP/START.	Требуется заменить батарейки.	Установите четыре новые батарейки.
На дисплее появляется значок ошибки измерения Erro, или результат измерения артериального давления слишком низкий (или высокий).	Неправильно надета манжета.	Наденьте манжету еще раз и убедитесь, что она находится в правильном положении.
	Возможно, вы разговаривали или двигались во время измерения.	Выполните измерение еще раз и держите руку неподвижно, пока измерение не завершится.
	Сделано резкое движение рукой, когда на ней надета манжета.	
	Нерегулярная подача воздуха. Трубка неправильно присоединена к прибору.	Проверьте соединение манжеты. Выполните измерение еще раз.

Если прибор по-прежнему не работает, обратитесь в магазин, где он был приобретен, или обратитесь в службу поддержки клиентов компании HoMedics (контактные данные указаны в гарантийном талоне).
Не пытайтесь самостоятельно открывать прибор или регулировать какие-либо внутренние компоненты.

Технические характеристики

Источник питания	4 батарейки типа AA
Стандарт измерения	Осциллометрический
Диапазон измерений	Давление: 30-280 мм рт. ст. Пульс: 40-200 ударов в минуту
Точность	Давление: ±3 мм рт. ст. Пульс: данные в пределах ±5%
Датчик давления	Полупроводниковый
Нагнетание воздуха	Автоматически - с помощью насоса
Выпускание воздуха	Автоматически - с помощью клапана предельного давления
Емкость памяти	30 измерений для каждого пользователя (всего 180)
Автовыключение	через 30 секунд после последнего использования
Условия использования	10˚C - 40˚C 85% относительной влажности
Условия хранения	-20˚C - 60˚C 85% относительной влажности
Окружность манжеты	22-32 cm
Возраст	С 18 лет
Классификация	Типа BF. Конструкция прибора и манжеты предполагает особую защиту от удара электрическим током.

Технические характеристики могут быть изменены без уведомления.

Очистка и обслуживание

1. Прибор для измерения артериального давления, манжету и контейнер для хранения можно протереть мягкой тканью, смоченной в растворе мягкого моющего средства, а затем вытереть насухо мягкой сухой тканью или бумажным полотенцем. Не используйте сильнодействующие щелочные моющие средства; они могут повредить синтетические компоненты. Не используйте для очистки прибора растворитель, спирт или керосин.

Меры предосторожности

1. Когда прибор не используется, храните его в контейнере для хранения.
2. Используйте прибор только на запястье или плече, но не на других частях тела.
3. Если прибор не используется в течение длительного времени, рекомендуется вынуть из него батарейки, чтобы не допустить утечки, которая может повредить прибор.
4. Если прибор хранился при очень низкой температуре, близкой к точке замерзания, то, прежде чем использовать его снова, дайте ему нагреться до комнатной температуры.
5. Никогда не разбирайте прибор и манжету, поскольку это может серьезно повредить прибор.

Если требуется ремонт, прибор необходимо вернуть в магазин, где он был приобретен. Не пытайтесь самостоятельно открывать прибор или регулировать его внутренние компоненты.

6. Не окунайте прибор в воду или другие жидкости, поскольку это может повредить прибор.
7. Не подвергайте прибор и манжету воздействию предельных температур, влажности и прямых солнечных лучей. Защищайте прибор от пыли.
8. Не свертывайте туго манжету и трубку. Не включайте прибор, если он не подключен должным образом к запястью или плечу.
9. Старайтесь не ронять прибор и не подвергать его воздействию высокого давления.
10. Оберегайте прибор от сильных ударов, например от падения на пол.
11. Прибор предназначен для применения в домашних условиях и подходит только для взрослых (с 18 лет).
12. Если случится, хотя это и маловероятно, что воздух в манжету будет продолжать нагнетаться, не останавливаясь, сразу снимите манжету с запястья или плеча.
13. Для точной работы прибора, его необходимо хранить при температуре, указанной в спецификации.

Защита окружающей среды и утилизация батареек

Не забывайте об окружающей среде, когда меняете батарейки. Израсходованные батарейки не относятся к обычным домашним отходам. Они подлежат утилизации в специальных пунктах, имеющих соответствующее разрешение. Убедитесь, что батарейки не такие старые или изношенные, чтобы из них могла вытечь кислота. Проверьте срок годности батареек. Не забудьте вынуть батарейки перед утилизацией прибора.

Данная маркировка означает, что в странах Европы не допускается утилизировать прибор вместе с другими бытовыми отходами. Чтобы не нанести ущерба окружающей среде и здоровью населения в результате неверной утилизации отходов, прибор следует сдать на переработку, чтобы обеспечить экологичное повторное использование материальных ресурсов. Верните бывший в употреблении прибор через систему возврата и сбора отходов или свяжитесь с предприятием розничной торговли, где вы приобрели прибор. Там вы сможете сдать этот продукт для экологически безопасной переработки. (Пояснение WEEE)

Skrócona instrukcja obsługi

PEŁNĄ INSTRUKCJĘ OBSŁUGI ORAZ OPROGRAMOWANIE MIBODY 360 MOŻNA POBRAĆ ZE STRONY:
www.mibody360.com

POSTĘPUJ ZGODNIE Z PONIŻSZYMI INSTRUKCJAMI, ABY ZACZĄĆ KORZYSTAĆ Z CIŚNIENIOMIERZA HOMEDICS MIBODY360:

Przed użyciem

Przed użyciem ciśnieniomierza należy wykonać kilka podstawowych kroków.
Najpierw należy dokładnie przeczytać Instrukcję użytkowania, zachowując ją na przyszłość.
Ciśnieniomierz jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego. Wszystkie pomiary mają charakter informacyjny i w żadnych okolicznościach nie mogą zastąpić wizyty u lekarza. Pomiary ciśnienia powinna zawsze ocenić wykwalifikowana osoba (lekarz, pielęgniarka lub inny specjalista), która zna ogólny stan kliniczny pacjenta. Dzięki regularnym pomiarom i odnotowywaniu wyników, ta osoba może być dobrze poinformowana o zmianach w ciśnieniu krwi pacjenta.
Użytkownik aparatu nie może interpretować pomiarów w celu zmiany przyjmowania leków zaleconych przez lekarza. Należy ZAWSZE przestrzegać wskazówek lekarza.
Zastosowanie mankietu odpowiedniego rozmiaru ma zasadnicze znaczenie dla dokładności pomiaru.
Aby upewnić się, że rozmiar mankietu jest właściwy, należy przestrzegać zaleceń w Instrukcji oraz na mankiecie.
Ciśnieniomierz nie jest przeznaczony dla osób cierpiących na arytmię (zaburzenia rytmu serca). Mogą wystąpić błędy w pomiarach, jeżeli użytkownik przebył udar, cierpi na chorobę sercowo-naczyniową, ma bardzo niskie ciśnienie krwi lub inne zaburzenia krążeniowe (cukrzyca, schorzenia nerek, stwardnienie tętnic - złogi w tętnicach), bądź słabe krążenie obwodowe (np. w dłoniach i stopach).
Zakłócenia elektromagnetyczne: Urządzenie zawiera wrażliwe elementy elektroniczne.
Należy przechowywać je z dala od źródeł bezpośredniego silnego pola elektrycznego lub elektromagnetycznego (np. telefony komórkowe, kuchenki mikrofalowe), ponieważ może ono czasowo zmniejszać dokładność pomiaru.
Ciśnieniomierza należy używać tylko zgodnie z przeznaczeniem.
Produkt służy do pomiaru ciśnienia krwi oraz tętna u osób dorosłych. Nie należy stosować ciśnieniomierza u dzieci ani u osób, które nie są w stanie wyrazić na to zgody. Dzieciom nie wolno obsługiwać przyrządu.
Ciśnieniomierz działa zgodnie z zasadą pomiaru oscylometrycznego.
Wahania ciśnienia są mierzone w mankiecie na podstawie pulsu w ramieniu, a następnie zamieniane na wartość numeryczną aktualnego ciśnienia. Jednocześnie rejestrowana jest liczba uderzeń serca i obliczana jako puls w skali jednej minuty.
Rozróżnia się dwa rodzaje ciśnienia krwi. Obydwa są wyrażane w mmHg (milimetry słupa rtęci): ciśnienie skurczowe i rozkurczowe Ciśnienie skurczowe (wysoka wartość) to takie, gdy komora serca kurczy się, by "przesłać" krew do organizmu, natomiast ciśnienie rozkurczowe (niska wartość) występuje wówczas, gdy serce odpoczywa i wypełnia się krwią przed kolejnym skurczem. Związek pomiędzy tymi dwoma wartościami (mmHg) jest wyrażany jako np. 130 na 85, co oznacza, że ciśnienie skurczowe wynosi 130, a rozkurczowe 85.

Dlaczego należy kontrolować ciśnienie krwi?

Obecnie wiele szeroko rozpowszechnionych chorób ma związek z nadciśnieniem, czyli wysokim ciśnieniem krwi. Nadciśnienie jest ściśle powiązane z chorobami sercowo-naczyniowymi i dla osób w strefie ryzyka pomiar ciśnienia krwi jest istotnym narzędziem kontrolowania stanu zdrowia.

Norma dla ciśnienia krwi

Norma Światowej Organizacji Zdrowia dla ciśnienia krwi definiuje obszary wysokiego i niskiego ciśnienia. Norma ma charakter orientacyjny, ponieważ ciśnienie jest różne u różnych osób i w różnych grupach wiekowych itp.

Kontrolka	Klasyfikacja Światowej Organizacji Zdrowia (WHO)	Ciśnienie skurczowe (mmHg)	Ciśnienie rozkurczowe (mmHg)
ZIELONA	Optymalne	<120	<80
	Normalne	120-129	80-84
	Normalne podwyższone	130-139	85-89
POMARAŃCZOWA	Nadciśnienie stopień 1	140-159	90-99
CZERWONA	Nadciśnienie stopień 2	160-179	100-109
	Nadciśnienie stopień 3	≥180	≥110

Jak korzystać z ciśnieniomierza

Ten ciśnieniomierz MiBody 360 jest wyposażony w rozwiązania najnowszej technologii. Po naciśnięciu jednego przycisku mankiet jest automatycznie nadmuchiwany, aby zablokować zmiany ciśnienia w tętnicy.

Następnie rozpoczyna się proces wypuszczania powietrza. Zaawansowana technologia umożliwia indywidualne dostosowanie automatycznej regulacji pompowania i wypuszczania powietrza. Należy pamiętać, że wszelkie ruchy podczas pompowania i wypuszczania powietrza powodują błędy pomiaru. Po zakończeniu pomiaru, na wyświetlaczu pojawia się wartość ciśnienia skurczowego, rozkurczowego oraz pulsu.

Ciśnieniomierz MiBody 360 jest zatwierdzony jako urządzenie podające medycznie prawidłowe wyniki. Urządzenie jest zatwierdzone jako zgodne z wymogami Dyrektywy o urządzeniach medycznych (Norma Europejska EN-1060-3 oraz/lub 1060-4), a także wytycznymi Brytyjskiego Towarzystwa ds. Nadciśnienia (BHS).

Opis części (zgodnie z rysunkiem 1 na stronie 2)

1. Wyświetlacz LCD
2. Kontrolka
3. Przyciski wyboru użytkownika x 2
4. Rurka powietrza i złącze
5. Mankiet naramienny
6. Przycisk ON/OFF (wł./wył.) + SET (ustaw)

Montaż i wymiana baterii

1. Lekko naciśnij uchwyt pokrywy, podnieś ją i zdejmij. Zamontuj lub wymień baterie w komorze. Upewnij się, że baterie są prawidłowo włożone. Zamknij pokrywę.
2. Gdy na wyświetlaczu pojawi się napis „bat lo" (rozładowana bateria) należy wymienić baterie.

Baterie znajdujące się w komplecie służą do potrzeb testowych i mogą wyczerpać się szybciej niż baterie zakupione w sklepie. Baterie należy wymieniać parami. Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, baterie należy wyjąć.

Jak korzystać z ciśnieniomierza

Pierwsze użycie i ustawienie daty i godziny:

1. Przy pierwszym użyciu po włożeniu baterii na ekranie pojawi się napis „SET UP".
2. Naciśnij „set" Na ekranie pojawi się napis „dAtE":
3. Dzień miga – wybierz datę za pomocą przycisków ze strzałką w górę i w dół, naciśnij „set", aby potwierdzić i przejść do miesiąca. Wykonaj procedurę, aby ustawić miesiąc, a następnie przejdź do roku i naciśnij „set"
4. Na ekranie pojawi się napis „hour" (godzina): Godzina miga – wybierz godzinę za pomocą przycisków ze strzałką w górę i w dół, naciśnij „set", aby potwierdzić i przejść do minut. Wykonaj procedurę, aby ustawić minuty, a następnie naciśnij „set"
5. Ciśnieniomierz jest już skonfigurowany i gotowy do użycia. Na wyświetlaczu pojawi się wartość 0 0 0 oraz data, czas i numer użytkownika.
6. Jeśli musisz zmienić datę/czas podczas normalnej eksploatacji, naciśnij i przytrzymaj przycisk „set", aby przejść do trybu konfiguracji i powtórz procedurę z kroku 1.

Uwaga: po 30 sekundach ekran powróci do standardowego wyświetlenia, czyli 0 0 0

Zakładanie mankietu

1. Jeżeli mankiet nie jest gotów do założenia przy pierwszym użyciu, przełóż jego koniec najbardziej oddalony od rurki przez pierścień D-ring, aby uformować opaskę. (Fig.2)
2. Rurka powinna znajdować się z lewej strony przyrządu. (Fig.3)
3. Zdejmij ciasną odzież z lewego ramienia i umieść mankiet około 2-3 cm nad łokciem, tak, aby rurka biegła przez środek ramienia. Rurka musi być skierowana w dół, ku dłoni. (Fig.4)
4. Delikatnie pociągnij koniec mankietu, aby łatwo i gładko objął ramię. Mankiet mocuje się, zaciągając rzep.
5. Pomiędzy mankietem a ramieniem powinien pozostać luz na dwa palce. Mankietu nie należy mocować ciaśniej. (Fig.5)
6. Odpręż się, oprzyj ramię na stole i skieruj dłoń ku górze, aby mankiet znajdował się na poziomie serca. Upewnij się, że rurka nie jest zgięta. (Fig.6)

Jeżeli nie można założyć mankietu na lewę ramię, można go założyć na prawe.
Ważne jest jednak, żeby wszystkich pomiarów dokonywać na tym samym ramieniu. Jeżeli wykonuje się pomiar na prawym ramieniu, rurka na mankiecie powinien znajdować się nad tętnicą główną.
Naciśnij tętnice ramienia dwoma palcami około 2 cm nad łokciem, z jednej strony, aby wyczuć, gdzie puls jest najsilniejszy.
W tym miejscu przebiega główna tętnica. (Fig.7)
WAŻNE!
Rozmiar mankietu ma zasadnicze znaczenie dla dokładności pomiaru. Mankiet ma odpowiedni rozmiar, jeżeli strzałka WSKAZUJĄCA znajduje się pomiędzy dwoma strzałkami OK, jak na rysunku poniżej.
Jeżeli strzałka nie znajduje się w tym obszarze, należy użyć mankietu o innej średnicy (XL lub XS). (Fig.8)

Ważne

- Ciśnienie krwi zmienia się przy każdym uderzeniu serca i w ciągu doby podlega nieustannym wahaniom.
- Na pomiar ciśnienia może mieć wpływ pozycja ciała, stan zdrowia lub inne czynniki. W celu uzyskania najdokładniejszego rezultatu zaleca się, by pomiaru dokonywać 1 godzinę po ćwiczeniach, kąpieli, posiłku, spożyciu alkoholu lub kawy oraz paleniu tytoniu.
- Przed pomiarem dobrze jest na 15 minut spokojnie usiąść i zrelaksować się. Podczas pomiaru użytkownik nie powinien być nadmiernie zmęczony ani wyczerpany.
- Podczas pomiaru nie wolno rozmawiać ani poruszać ramieniem lub dłonią.

Jak mierzyć ciśnienie krwi

1. Naciśnij „set", aby włączyć urządzenie
2. Za pomocą przycisków ze strzałkami wybierz użytkownika (1-6 lub 0 - gość)
3. Upewnij się, czy mankiet jest dobrze zamocowany na ramieniu i zajmij wygodną pozycję, tak aby mankiet znajdował się na wysokości serca.
4. Naciśnij „set", aby rozpocząć pomiar ciśnienia krwi – mankiet zostanie napełniony powietrzem i rozpocznie się pomiar
5. Po zakończeniu pomiaru powietrze zostanie automatycznie spuszczone z mankietu i na wyświetlaczu pojawi się odczyt ciśnienia „diastolic" (rozkurczowego) i „systolic" (skurczowego) oraz „puls". Kontrolka zasygnalizuje stan zdrowia zgodnie z normą WHO (tabela WHO znajduje się na stronie 3). Pomiar zostanie zapisany w pamięci urządzenia (tylko w przypadku użytkowników 1-6). (Rysunek 9)
6. Urządzenie wyłączy się automatycznie po 30 sekundach lub po naciśnięciu przycisku „set"
7. Kolejny pomiar można wykonać od razu – w tym celu wystarczy wrócić do kroku 1 i powtórzyć wszystkie kroki.

Komunikaty o błędach:

Erro	Podczas pomiaru wystąpił błąd. Naciśnij „set", aby zatrzymać i wznowić pomiar. Jeśli problem nadal występuje, skontaktuj się z dziełem obsługi klienta HoMedics – dane kontaktowe znajdują się w karcie gwarancyjnej.

Przydatne informacje na temat pomiaru ciśnienia krwi

- Pomiaru ciśnienia należy dokonywać w spokojnym i wygodnym otoczeniu, ponieważ wysoka lub niska temperatura może wpływać na wyniki. Pomiaru ciśnienia należy dokonywać przy normalnej temperaturze ciała.
- Podczas pomiaru nie należy rozmawiać ani poruszać się. Stopy należy ustawić płasko na podłożu.
- Podczas pomiaru nie należy dotykać mankietu ani przyrządu.
- Aby uzyskać najdokładniejsze wyniki, ciśnienie należy mierzyć codziennie o tej samej porze, na tym samym ramieniu.
- Jeżeli trzeba wykonać kilka kolejnych pomiarów, należy odczekać 5 minut pomiędzy nimi.
- Pomiary służą tylko do celów orientacyjnych. W przypadku wątpliwości odnośnie swojego ciśnienia należy skonsultować się z lekarzem.
- Produkt nie jest przeznaczony dla osób cierpiących na arytmię (zaburzenia rytmu serca).
- Mogą pojawić się błędy pomiaru, jeżeli użytkownik cierpi na cukrzycę, słabe krążenie, choroby nerek lub przeszedł udar..

Pamięć

Z ciśnieniomierza może korzystać 6 użytkowników. Przed pobraniem danych, dla każdego użytkownika można zapamiętać do 30 pomiarów.
Gdy pamięć użytkownika jest już zapełniona, na wyświetlaczu pojawi się napis FULL i numer użytkownika. . Świeci się pomarańczowa kontrolka.
Zapoznaj się z pełną instrukcją obsługi, aby pobrać oprogramowanie MiBody 360.

Wykrywanie usterek

Jeżeli podczas użytkowania produktu pojawiają się usterki, należy najpierw samodzielnie dokonać kontroli, zgodnie z podanymi wskazówkami:

Objaw	Prawdopodobna przyczyna	Działanie naprawcze
Urządzenie nie włącza się po naciśnięciu przycisku stop/start.	Wymagana wymiana baterii.	Zamontuj cztery nowe baterie.
Symbol błędu Erro na wyświetlaczu lub bardzo niskie (bardzo wysokie) ciśnienie.	Mankiet jest niewłaściwie założony.	Ponownie załóż mankiet, w odpowiedniej pozycji.
	Czy rozmawiałeś lub poruszałeś się podczas pomiaru?	Ponownie rozpocznij pomiar i nie poruszaj ramieniem w trakcie jego trwania.
	Drżenie ramienia przy założonym mankiecie.	
	Nieregularny przepływ powietrza. Rurka nie jest poprawnie podłączona do urządzenia.	Sprawdź połączenie mankietu. Ponownie zacznij pomiar.

Jeśli urządzenie nadal nie działa, skontaktuj się ze sklepem, w którym zostało ono zakupione lub skontaktuj się z działem obsługi klienta HoMedics – dane znajdują się w karcie gwarancyjnej.
Nie wolno samodzielnie otwierać urządzenia ani regulować elementów wewnętrznych.

Dane techniczne

Zasilanie	4 baterie AA
Standard pomiaru	Oscylometryczny
Strefa pomiaru	Ciśnienie: 30-280 mmHg Puls: 40-200 uderzeń na minutę
Dokładność	Ciśnienie: ±3 mmHg Puls: Odczyt z dokładnością ±5%
Czujnik ciśnienia	Półprzewodnik
Nadmuchiwanie	Automatyczne - pompka
Wypuszczanie powietrza	Automatyczne - zawór nadciśnienia
Pojemność pamięci	30 pomiarów dla 1 użytkownika (180 ogółem)
Automatyczne wyłączanie	30 sekund po ostatnim użyciu
Warunki podczas	10˚C - 40˚C Maks. 85% RH
Warunki przechowywania	-20˚C - 60˚C Maks. 85% RH
Obwód mankietu	22-32 cm
Ograniczenie wiekowe	18 lat
Klasyfikacja	Typ BF. Przyrząd pomiarowy i mankiet gwarantują specjalną ochronę przed porażeniem prądem elektrycznym.

Dane techniczne mogą ulec zmianie bez uprzedniego powiadomienia.

Czyszczenie i konserwacja

1. Aparat pomiarowy, mankiet i pudełko można przecierać miękką ściereczką, zwilżoną łagodnym detergentem, a następnie osuszać miękką szmatką lub papierowym ręcznikiem. Nie wolno używać silnych, żrących detergentów, ponieważ mogą one uszkodzić elementy syntetyczne. Do czyszczenia nie wolno także używać rozcieńczalników, alkoholu ani nafty.

Bezpieczne użytkowanie urządzeń elektrycznych

1. Gdy produkt nie jest użytkowany, należy przechowywać go w pudełku.
2. Nie należy zakładać urządzenia na inne części ciała niż ramię i nadgarstek.
3. Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, zaleca się, by wyjąć z niego baterie, żeby uniknąć ich przeciekania i uszkodzenia produktu.
4. Jeżeli urządzenie jest przechowywane w bardzo niskiej temperaturze (blisko punktu zamarzania), przed użyciem należy pozwolić mu osiągnąć temperaturę pokojową.
5. Nie wolno demontować aparatu pomiarowego ani mankietu, gdyż można poważnie uszkodzić urządzenie. Jeżeli konieczna jest naprawa, należy zwrócić produkt do miejsca zakupu. Nie wolno

samodzielnie otwierać urządzenia ani regulować elementów wewnętrznych.

6. Nie wolno zanurzać urządzenia w wodzie ani w innych płynach, ponieważ może to spowodować jego poważne uszkodzenie.
7. Nie wolno narażać aparatu pomiarowego ani mankietu na działanie ekstremalnej temperatury, wilgoci, ani bezpośredniego promieniowania słonecznego. Należy chronić urządzenie od kurzu.
8. Mankiet i rurka nie powinny być ciasno złożone Nie wolno uruchamiać urządzenia, jeżeli nie jest ono prawidłowo założone na ramię lub nadgarstek.
9. Nie należy upuszczać urządzenia ani poddawać go działaniu dużej siły nacisku.
10. Nie wolno narażać urządzenia na silne wstrząsy, np. upuszczenie na podłogę.
11. Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego, dla osób dorosłych (powyżej 18 lat).
12. W niezwykle mało prawdopodobnej sytuacji nie wyłączenia się funkcji nadmuchiwania mankietu podczas pomiaru, należy niezwłocznie zdjąć mankiet z ramienia lub nadgarstka.
13. Aby zapewnić dokładne pomiary, urządzenie należy przechowywać w temperaturach podanych w specyfikacji urządzenia.

Ochrona środowiska i pozbywanie się baterii

Wymieniając baterie szanuj środowisko. Zużyte baterie nie należą do zwyczajnych odpadów domowych. Należy oddawać je do specjalnych punktów zbiórki. Baterie nie powinny być zbyt stare lub zniszczone, gdyż grozi to wyciekaniem z nich kwasu. Sprawdź datę ważności baterii. Przed pozbyciem się urządzenia wyjmij z niego baterie.

Ten znak wskazuje, że na obszarze UE przyrządu nie wolno pozbywać się wyrzucając do śmieci domowych. Aby chronić środowisko i zdrowie, którym zagraża nieodpowiednia utylizacja odpadów, przyrząd należy recyklingować, aby umożliwić odzysk materiałów, z których został wykonany. Aby dokonać zwrotu zużytego przyrządu, należy skorzystać z programów zwrotu i odbioru lub skontaktować punkt zakupu urządzenia. Produkt zostanie odebrany do bezpiecznego dla środowiska recyklingu. (objaśnienie WEEE)

HoMEDiCS®

0120

IB-360BPEU-0910-02